

MUCITES BUCCOPHARYNGÉES

6 RÈGLES POUR LES PRÉVENIR

Alimentation, hydratation, hygiène... Tour d'horizon des conseils face à une complication extrêmement douloureuse des traitements anticancéreux : les mucites buccopharyngées.

Par Julien Dabjat



Lorsqu'elles sont trop sévères, ces ulcérations douloureuses peuvent gêner la poursuite du traitement du fait d'un espacement ou d'une réduction des doses et ainsi impacter le pronostic de la maladie. La prévention est donc primordiale.

1 - La réalisation d'un bilan buccodentaire

Étape essentielle avant l'initiation du traitement anticancéreux, ce bilan sert à mettre en évidence des facteurs de risques en lien avec une bouche sèche ou une mauvaise hygiène buccale : caries, maladies parodontales, dent mobile... Une mise en état buccodentaire par un chirurgien-dentiste peut être alors nécessaire.

2 - Une bonne hygiène buccodentaire

Les dents doivent être brossées après chaque repas. Exit la brosse à dents électrique ou à poils durs : l'utilisation d'une brosse manuelle à poils souples est à privilégier afin d'éviter les traumatismes. De même, l'usage d'un dentifrice, sans menthol et sans agent blanchissant, est vivement recommandé. Les appareils dentaires ou prothèses amovibles doivent quant à eux être nettoyés après chaque repas à l'aide de solutions effervescentes adaptées. En cas de perte de poids importante, un réajustement est requis, car un appareil mal adapté risque d'être irritant pour la bouche et les gencives.

3 - Limiter la sécheresse buccale

La sécheresse buccale favorise le développement des inflammations. Pour la prévenir, une bonne hydratation est nécessaire, soit au moins 2 litres d'eau par jour. Des chewing-gums sans sucre ou des substituts salivaires sont aussi recommandés.

4 - Une alimentation adaptée

Aliments durs, croquants, épicés, très salés ou acides sont à déconseiller au profit d'aliments liquides, mixés ou écrasés, à température ambiante ou glacée. Afin de pallier la perte d'appétit et le risque de dénutrition, des repas légers mais plus fréquents au cours de la journée sont davantage indiqués que des repas importants. Enfin, avoir recours à une paille limite le contact avec les muqueuses en cas de lésions.

5 - Éviter la consommation de tabac et d'alcool

Tabac et alcool augmentent le risque de survenue d'une mucite buccale et son intensité.

6 - Des bains de bouche au bicarbonate

La prévention des mucites orales repose aussi sur l'utilisation de bains de bouche à base de bicarbonate de sodium 1,4 %, 4 à 6 fois par jour. À l'inverse, les bains de bouche antiseptiques sont à proscrire, car potentiellement irritants. ■

QUID DE LA PRISE EN CHARGE ?

La prise en charge des mucites orales dépend avant tout des décisions de l'équipe médicale. Toutefois, certains signes peuvent alerter le pharmacien et son équipe : douleurs, saignements, signes de dénutrition... En cas de douleur intense, un traitement antalgique jusqu'au palier 3 s'envisage. Des soins topiques, sous forme de bains de bouche anti-inflammatoires notamment, sont aussi possibles. En cas d'application de xylocaïne visqueuse, précisez au patient qu'il est déconseillé de manger ou de boire dans les deux heures qui suivent l'application en raison du risque de fausse route.

Pour les surinfections, un traitement par antifongique, antiviral ou antibiotique peut être requis, selon la cause. En fonction de la sévérité des lésions, un retentissement nutritionnel important est parfois occasionné : vous pouvez alors conseiller des compléments nutritionnels oraux aux patients. Dans les formes les plus graves, une nutrition entérale ou parentérale est envisagée par l'équipe médicale.