



Số giáo dục sức khỏe : PED-329

Ngày thực thi 2016.11.02  
Ngày Đã xem:2020.07.02  
Ôn lại:2023.12.11

## Hướng dẫn chăm sóc răng miệng cho trẻ em



Ưu tiên chất lượng, xem bệnh nhân như người thân, sáng tạo đột phá  
Thế kỷ mới, tầm nhìn mới, hy vọng mới, Trung Vinh mới

Đã qua kiểm tra của bác sĩ nhi khoa  
Bộ phận hộ lý bệnh viện Vinh Nhân Đài Trung

Trong quá trình điều trị bệnh ung thư, sau khi trị liệu bằng hóa trị và xạ trị sẽ làm giảm khả năng miễn dịch, nhiễm trùng và các tác dụng phụ khác, biến chứng sau khi hóa trị là viêm niêm mạc miệng, sẽ làm cho niêm mạc khoang miệng hoặc cổ họng có phản ứng viêm do khô rát. Khi phát hiện niêm mạc khoang miệng của trẻ bị viêm, bạn nhất định sẽ rất lo lắng, đặc biệt là khi khoang miệng của trẻ bị viêm loét, do đau nên trẻ biếng ăn hấp thụ dinh dưỡng giảm đi. Vì thế cần phải giảm liều hóa chất, nghiêm trọng khi điều trị bị gián đoạn dẫn đến tái phát ung thư, khiến bạn lúng túng hơn. Vì vậy chúng tôi sẽ cho bạn biết: Làm thế nào để cải thiện phản ứng viêm loét khoang miệng hoặc vị trí cổ họng và thực hiện chăm sóc răng miệng.



1. Thực hiện chăm sóc khoang miệng như thế nào?

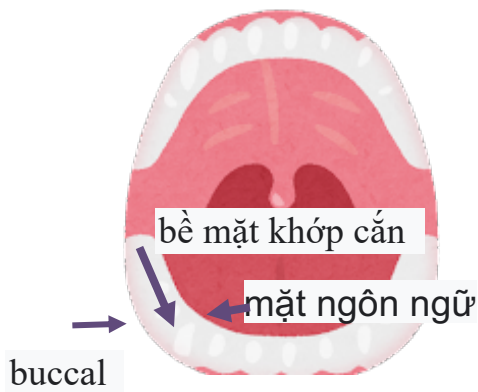
(1). Sáng sớm khi thức dậy và trước khi đi ngủ, sử dụng kem đánh răng có hàm lượng flo cao và bàn chải mềm, dùng phương pháp tiến hành đánh răng.

(2). Mỗi lần sau khi ăn xong trong vòng 30 phút dùng 30ml dùng nước súc miệng khoảng 30 giây sau nhổ ra, tổng cộng súc 2 lần.

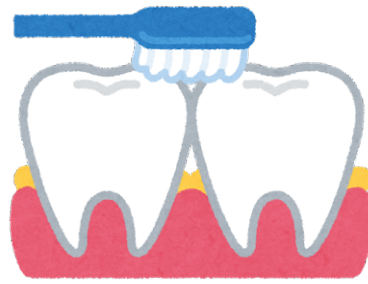


2. Phương pháp đánh răng hình vỏ ốc

(1) Há miệng đánh răng, đầu hơi ngửa xuống nhìn vào gương có thể thấy hàng răng cuối cùng bên phải. Sau đó chải từ phải sang trái; Tiếp theo chải từ trái sang phải mặt nhai của răng và làm ngược lại từ phải sang trái mặt trong của răng, đánh răng theo trình tự như vậy sẽ không bỏ sót vị trí nào.



**Chải trên ba mặt**



**2 bàn chải với**



**Chải đi chải lại 10 lần**

(2) Hướng lông bàn chải với răng từ

45 đến 60 độ, lông bàn chải chạm nhẹ nướu răng, lông bàn chải cong thành hình vòng cung, phạm vi tiếp xúc của răng với bàn chải cũng lớn hơn

(3) Sau khi xác định vị trí của bàn chải, bắt đầu

chuyển động ngang với khoảng cách ngắn, chải răng trên và dưới khoảng 10 lần; khi chải mặt nhai của răng, cũng chải răng trên và dưới như vậy



3. Phương pháp đánh giá mức độ viêm loét

khoang miệng Để đánh giá mức độ viêm loét khoang miệng bằng 'Bảng đánh giá niêm mạc miệng', được chia thành 5 cấp độ, cấp độ từ 0 –

4, cấp độ càng cao thể hiện mức độ viêm niêm mạc khoang miệng càng nghiêm trọng.

Cấp độ mức độ viêm loét khoang miệng	Triệu chứng lâm sàng
<b>cấp độ 0</b>	Không có thay đổi
<b>cấp độ 1</b>	Đau/ đốm đỏ
<b>cấp độ 2</b>	Đau/ đốm đỏ kèm viêm loét và có thể ăn thức ăn cứng
<b>cấp độ 3</b>	Đau/ đốm đỏ kèm viêm loét và có thể ăn thức ăn lỏng
<b>cấp độ 4</b>	Đau/ đốm đỏ kèm viêm loét và không thể ăn thức ăn

đốm đỏ

đốm đỏ kèm viêm loét

#### 4. Cách phòng ngừa viêm niêm mạc miệng

(1) Giữ đá viên trong miệng: Trong quá trình tiêm thuốc hóa học vào tĩnh mạch, bạn có thể ngậm đá viên trong miệng. Giảm sự xuất hiện của viêm niêm mạc miệng.


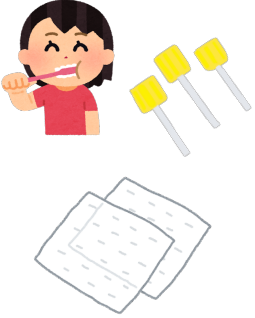





(2) Sử dụng thuốc xịt yếu tố tăng trưởng: Các yếu tố tăng trưởng khiến các tế bào trong miệng của bạn phát triển tái tạo và giảm sự


xuất hiện của viêm niêm mạc miệng.

(3) Dùng thuốc bảo vệ niêm mạc miệng có thể giúp ích giúp sửa chữa mô và giảm sự xuất hiện của viêm niêm mạc miệng.



### 5. Phòng ngừa và chăm sóc viêm niêm mạc miệng

Niêm mạc miệng Chăm sóc răng miệng	Mức độ loét miệng 0-1	Mức độ loét miệng 2-3	Mức độ loét miệng 4
	Sử dụng đèn pin và gương để tự kiểm tra miệng hai lần một ngày	Sử dụng đèn pin và gương để tự kiểm tra miệng ít nhất 3 lần một ngày	Sử dụng đèn pin và gương để tự kiểm tra miệng ít nhất 3 lần một ngày
	Đánh răng bằng bàn chải đánh răng có lông mềm hai lần một ngày	Đánh răng nhẹ nhàng, nếu có chảy máu, bạn có thể quấn ngón tay hoặc dụng cụ đũa bằng gạc hoặc dùng tăm bông nhúng vào nước súc miệng để làm sạch răng.	Trước khi các triệu chứng thuyên giảm,  Không dùng bàn chải đánh răng để đánh răng mà dùng nước súc miệng hoặc miếng bọt biển để chăm sóc răng miệng sau 1-2 giờ.
	Bạn có thể dùng chỉ nha khoa một lần để làm sạch răng, tránh dùng nếu bị đau hoặc chảy máu.	Nếu bạn bị đau nướu hoặc chảy máu không nên sử dụng tình huống 	Trước khi các triệu chứng thuyên giảm, không dùng chỉ nha khoa 
	Súc miệng trong một phút sau khi đánh răng, 4 lần một ngày	Súc miệng bằng nước súc miệng 1-2 giờ một lần, nếu vết loét nặng hơn thì nên súc miệng thường xuyên hơn.	Dùng nước súc miệng hoặc miếng bọt biển để chăm sóc răng miệng trong 1-2 giờ, sau đó súc miệng bằng nước súc miệng

	Dùng son dưỡng môi để giữ ẩm cho môi	Dùng son dưỡng môi để giữ ẩm cho môi	Thoa chất bôi trơn ưa nước lên môi
---	--	--	---------------------------------------

6. Những điều cần chú ý khi đưa về nhà Sau khi đưa về nhà, phải duy trì chăm sóc khoang miệng đồng thời quan sát niêm mạc khoang miệng có viêm loét không và viêm loét ở mức độ nào? Nếu khi có tổn thương viêm loét, hoặc nếu phát sinh hiện tượng trẻ vì đau mà giảm hấp thụ dinh dưỡng phải lập tức trở lại phòng khám để chữa bệnh.

7. Tóm lại là :

Sau khi điều trị hóa chất và xạ trị, cần đặc biệt chú ý chăm sóc sức khỏe răng miệng, sử dụng tăm bông và bàn chải đánh răng lông mềm để thực hiện chăm sóc răng miệng, động tác nhẹ nhàng để tránh chảy máu nướu, đánh giá tình trạng niêm mạc miệng hàng ngày - Nếu niêm mạc bị tổn thương, tránh ăn đồ cay, nóng, khuyến khích chế độ ăn giàu đạm và cho ăn những thức

ăn có mùi vị thơm ngon hơn như bánh pudding,  
thạch .



#### 8. tham khảo

Chen, Y.Y., Tsan, Y.H., & Cheng, H.C(2021). Nursing Experience  
of a Patient with Newly Diagnosed Oral Cancer. *The  
kaohsiung Journal of nursing* · 38(1),110-121.

[http://doi.org/10.6692/KJN.202104\\_38\(1\).0010](http://doi.org/10.6692/KJN.202104_38(1).0010)

Ferrandez-Pujante, A., Pérez-Silva, A., Serna- Munoz, C.,  
Fuster-Soler, J.L., Galera-Minarro, A.M., Cabello, I.,  
& Ortiz-Ruiz, A.J(2022). Prevention and treatment of  
oral complications in hematologic childhood cancer  
patients:an update. *Children (Basel)*,9(4),1-17.

<http://doi.org/10.3390/children9040566>.



Làm bài kiểm tra để đảm bảo bạn hiểu.

1. Biến chứng chính sau hóa trị là viêm niêm mạc miệng, có thể gây phản ứng viêm ở niêm mạc khoang miệng hoặc hầu họng do teo và loét.

Đúng     KHÔNG     không biết

2. Bạn có thể sử dụng kem đánh răng có fluoride và bàn chải đánh răng có lông mềm khi thức dậy vào buổi sáng và trước khi đi ngủ, đồng thời đánh răng bằng phương pháp Bethesda để bảo vệ khoang miệng.

Đúng     KHÔNG     không biết

3. Nếu bạn bị loét miệng, bạn có thể sử dụng bàn chải đánh răng điện để đánh răng.

Đúng     KHÔNG     không biết

4. Nếu bạn bị loét miệng, hãy súc miệng trong 1 phút sau khi đánh răng, 4 lần một ngày, mỗi lần khoảng 30cc nước súc miệng, súc miệng ít nhất 30 giây rồi nhổ ra.

Đúng     KHÔNG     không biết

5. Nếu bạn bị loét miệng, hãy tránh ăn thức ăn nóng hoặc cay, đồng thời khuyến khích chế độ ăn giàu protein và cung cấp những thực phẩm có hương vị thơm ngon hơn, chẳng hạn như bánh pudding, thạch, v.v.

Đúng     KHÔNG     không biết