

LE REPAS, UN MOMENT DE
PLAISIR?

Croquer la vie à pleines dents



Sébastien Thomas - IDE EMSP - Centre Léon
Bérard

SARADOL - 23 janvier 2026



a



i



u



e



o

RÉSUMÉ DE LA PRÉSENTATION

Prise en charge globale et soins de bouche

Prévention et repérage précoce

Constat

Création d'un outil

Collaborations et perspectives

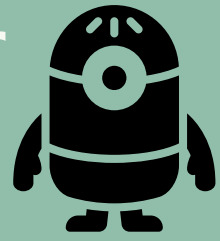
PRISE EN CHARGE GLOBALE ET SOINS DE BOUCHE

La bouche, organe central

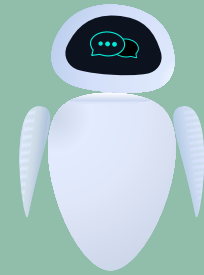




Observer



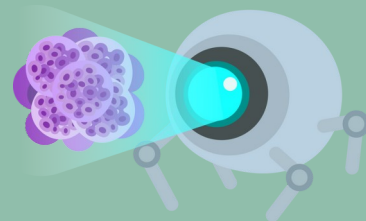
Prévenir / Informer



Evaluer : **Grille OAG**



Traiter





Réévaluer


PRÉVENTION ET REPÉRAGE

| Points à évaluer | Barème d'évaluation | | | Votre Score |
|------------------|---------------------------------|---|---|--------------|
| | 0 | 1 | 2 | |
| Voix | Normale | Rauque, sèche | Difficultés pour parler | |
| Lèvres | Roses, humides | Sèches, fissurées | Ulcérées avec saignements | |
| Dents | Propres, sans débris | Plaque et débris localisés Prothèse sale | Plaque et débris dans toute la bouche Douleurs Prothèse sale/abimée | |
| Gencives | Roses, fermes, humides | Rougeurs, œdèmes Dépôt blanchâtre | Saignements Dépôt blanchâtre | |
| Langue | Rose, humide, papilles visibles | Pâteuse, moins de papilles et de couleur | Rougeurs, fissures, boursoufflure, coloration noire | |
| Salive | Liquide, transparente | Visqueuse, épaisse | Absente, bouche sèche | |
| Muqueuses | Roses, humides | Rougeurs, inflammation, dépôts, cloques | Ulcération avec ou sans douleur | |
| Déglutition | Normale | Difficulté à déglutir, douleur | Incapacité à déglutir, à s'alimenter | |
| Goût | Normal | Altération du goût | Goût métallique | |
| Odeur | Pas d'odeur ou non incommodante | Odeur forte ou incommodante | Odeur extrêmement incommodante | |
| | | | | TOTAL |

= 0 : Bouche saine.

De 1 à 2 : Indiquer les symptômes dans le dossier de
soin  48 heures.

De 2 et 10 : Bouche altérée. Adapter et renforcer les
soins , 24 heures.

Supérieur à 11 : Bouche très altérée. Adapter et
renforcer les soins, toutes les heures si nécessaire.
 24 heures.



CONSTAT

En hospitalisation et en ambulatoire - modification de nos habitudes



Guide de soins buccodentaires personnalisé et évolutif



Chacun sa bouche, chacun ses soins

CENTRE
DE LUTTE
CONTRE LE CANCER
**LEON
BERARD**

Tout au long de la journée :

S'hydrater permet de maintenir l'humidité et la propreté de la bouche : **Boire** (Eau, eau gélifiée, thé, tisane, boissons fraîches, jus de fruit, yaourt nature).

Utiliser un vaporisateur d'eau.

Après chaque repas :

Se brosser les dents, gencives et langue durant 2 minutes et se rincer la bouche au bicarbonate 1,4 % pendant 1 minute.

Cela rétablira un pH favorable à la bonne hygiène buccodentaire.

Si vous portez des prothèses dentaires, les retirer, les brosser, les nettoyer au savon de Marseille, les rincer à l'eau claire.



Prévoir un brossage de dents et rinçage après consommation de sucres.

Si vous avez des questions concernant :

- L'entretien de votre bouche,
- Une sensation de sécheresse,
- Des problèmes de mauvaise haleine,
- Des douleurs buccales...

Les soignants qui vous accompagnent peuvent répondre à vos questions.

SOLLICITEZ-LES !!

Dois-je changer de brosse à dents et choisir un dentifrice spécifique ?

Privilégiez une **brosse à dent souple** et un **dentifrice sans menthol** pour une meilleure tolérance.
Penser aux brossettes interdentaires.

Dois-je augmenter la fréquence des soins de bouche ?

Il faut en faire au minimum 3 par jours et bien respecter le protocole prescrit.

Si je porte une prothèse dentaire, dois-je modifier ma façon de procéder ?

Il est préconisé de les nettoyer après chaque repas et de le retirer dans la nuit.

Dois-je revoir mon dentiste ? Y'a-t-il des risques du fait des traitements ?

Il est conseillé d'effectuer une visite de contrôle chez son dentiste avant de débuter les traitements qui pourra vous conseiller concernant les soins à entreprendre et les gestes à adapter.

Il est conseillé d'en discuter avec votre oncologue.

Prévoir un contrôle tous les 6 mois pour prévenir toutes pathologies carieuses et/ou parodontales ainsi que l'absence de foyers infectieux bucco-dentaires.

Je fume, quelle incidence ?

Demander de l'aide à info tabac au 3989 (service gratuit + coût de l'appel)

Ou sur le site internet www.tabac-info-service.fr

Au CLB, une équipe dédiée peut vous accompagner pour le sevrage tabagique, parlez-en à votre médecin.

...
Pour une efficacité optimale de vos soins buccodentaires

Penser à une réévaluation régulière

Prendre soin de sa bouche
Même quand tout va bien
Ça ne s'improvise pas...



Redoubler de vigilance
en cours de :

Chimiothérapie
Immunothérapie
Radiothérapie
Traitements morphiniques
Traitements neuroleptiques, benzodiazépines
Oxygénothérapie
Diurétiques, anticholinergiques...

Prévenir
La bouche saine

=



Lèvres, gencives et langue

Roses, humides et lisses et sans
Dépôt

Absence de **douleur**

Salive transparente et aqueuse

Haleine agréable



Trucs et astuces :



Pour permettre une bonne santé bucco-dentaire
et prévenir les lésions carieuses et parodontales :

Limitier les apports en sucres.




Prévoir un brossage de dents et rinçage
après consommation de sucres.

Brossage de dents après chaque repas et usage
de brossettes interdentaires.

Pour favoriser la salivation et l'hydratation :

Rincer la bouche au Bicarbonate 1,4% jusqu'à 6
fois par jour (pendant 1 minute).

Nettoyer la bouche à l'aide de bâtonnets
d'Ananas, rondelles de kiwis + 
(À ne pas avaler)

Boire des jus de fruit frais, sorbets, glaçons,
boissons pétillantes non sucrées+ 



Penser aux bonbons à la menthe **sans sucre**.
Chewing-gum **sans sucre** + 

Privilégier les bains de bouche sans alcool et
éviter l'alcool, le café, le tabac, les aliments trop
salés et épicés.



Contre la sécheresse
Pas de restrictions
De nombreuses solutions

Redoubler de vigilance
en cours de :

Chimiothérapie
Immunothérapie
Radiothérapie
Traitements morphiniques
Traitements neuroleptiques, benzodiazépines
Oxygénothérapie
Diurétiques, anticholinergiques...

Prévenir et guérir La bouche sèche



Lèvres, gencives

Sèches, craquelées et douloureuses

Langue pâteuse, cartonnée

Salive épaisse ou inexistante

Haleine désagréable
Modification du goût

Difficulté à la **déglutition**

Sensation de brûlure et de soif intense

Voix modifiée

Trucs et astuces :

Pour favoriser l'hydratation : boissons « que j'♥ ».

- **Des muqueuses,**

Rincer la bouche au Bicarbonate 1,4% jusqu'à 6 fois par jour (pendant 1 minute).

Appliquer des gelées type LANSOYL®, ou gel KY® pour les patients sous oxygène.

Tamponner avec des compresses humidifiées avec la boisson de mon choix.

Appliquer de l'huile d'olive, de noisette...

Utiliser un spray d'eau minérale pour une hydratation régulière.

- **Des lèvres,**

Appliquer de la vaseline, de l'huile végétale de calendula, beurre de cacao ou gel humectant ou gel KY® pour les patients sous oxygène

Pour favoriser la salivation :

- **Frotter** la bouche + langue à l'aide de bâtonnet d'Ananas, rondelle de kiwis et se rincer la bouche à l'eau (À ne pas avaler)
- **Appliquer** du Miel et se rincer la bouche à l'eau
- **Boire** des jus de fruit frais, sorbets, glaçons
- **Penser** aux bonbons à la menthe **sans sucres**.
- Chewing-gum **sans sucres**.
- **Boire** des boissons pétillantes **non sucrées** ou contenant du citron si absence de douleur



Prévoir un brossage de dents et rinçage après consommation de sucres.

Privilégier les bains de bouche sans alcool effervescents et **éviter** l'alcool, le café, le tabac, les aliments trop salés, sucrés et épicés.

Prescriptions médicales :

Traitement en comprimés : SUFLARLEM®, SALAGEN®

Salive artificielle en spray : ARTISIAL®

Gamme de soins buccaux BUCCOTHERM®



L'aromathérapie contre la sécheresse buccale.

Utilisation d'hydrolats :

"De quoi s'agit-il?"

Il s'agit d'une eau aromatique résiduelle dissociée de l'huile essentielle durant son processus de fabrication.

Les hydrolats se conservent au frais (entre 12°C et 15°C), à l'abri de la chaleur, lumière et humidité.

A consommer dans le mois suivant leur ouverture.

Dans un vapo-sisateur de 100ml :

HYDROLAT de MENTHA SPICATA 25ml

HYDROLAT de LAURUS NOBILIS 25ml

Gel d'ALOE VERA 50ml

Agiter pour homogénéiser la préparation.

Vaporiser en bouche.

Gargariser quelques secondes.

Avaler l'excédent de solution.

Renouveler l'opération 4 à 6 fois par 24 heures.

L'aromathérapie est un traitement complémentaire non pris en charge.



La douleur muette

La bouche douloureuse



Douleur inflammatoire de **la bouche**,
la langue avec +/- plaies
(Aphtes, ulcères)

Langue rouge

Lèvres et gencives douloureuses, sèches,
craquelées

Modification du **goût**

Difficulté à la **déglutition** et à
Communiquer



Modifier ses repas :

Privilégier une alimentation lisse, peu sucrée, sans acide, peu salée et éviter les épices.

Privilégier les aliments froids : sorbets, glaces à sucer...



Prévoir un brossage de dents et rinçage après consommation de sucres.

Trucs et astuces :

BROSSAGE de dents après chaque repas + rincer la bouche au **Bicarbonate 1,4%** jusqu'à 6 fois par jour (pendant 1 minute) et utiliser des **brossettes interdentaires**

Favoriser les bains de bouche « froids ».
Appliquer des compresses humides.



Faire preuve de délicatesse pour effectuer ses soins afin de ne pas accroître la douleur.

Hydrater les lèvres avec du LANSOYL®, VASELINE®, huile végétale de votre préférence, beurre de cacao ou GEL KY pour les patients sous oxygénothérapie.

Utiliser des glaçons, consommer des glaces à l'eau
Prendre une cuillère à soupe de **Miel**.



Prescriptions médicales :

Réaliser des bains de bouche à l'ASPEGIC® : 1 sachet de 1000mg dans un verre d'eau de source à chaque prise, **gargariser et ne pas avaler**.

Réaliser des bains de bouche avec des CORTICOÏDES

Appliquer un anesthésiant local (gel, spray, ampoule) à distance d'**1 heure des repas** pour éviter les fausses routes.

Penser à la prise en charge de la douleur





Cette douleur porte un nom

Redoubler de vigilance en cours de :

Chimiothérapie
Immunothérapie
Radiothérapie
Traitements morphiniques
Traitements neuroleptiques, benzodiazépines
Oxygénothérapie
Diurétiques, anticholinergiques...

Prévenir et guérir La Mucite buccale



Stade 1 : Douleur, rougeur, sècheresse

Stade 2 : Douleur, rougeur, aphtes
Et inconfort permanent

Stade 3 : Forte douleur, rougeur,
Ulcérations

Stade 4 : Très forte douleur, ulcérations,
Plaques blanches et nécrose.

Après chaque repas :

Application d'un anesthésiant au préalable si besoin.

Se brosser les dents délicatement durant 2 minutes avec une brosse à dent souple (*post-opératoire et éviter les brosses à dents électriques*).

Préférer un dentifrice non mentholé et **rincer la bouche au Bicarbonate 1,4%** jusqu'à 6 fois par jour (gargariser pendant 1 minute). **Utiliser des brossettes interdentaires.**

Alternar avec les soins prescrits.

Trucs et astuces :

- **Mâcher** des chewing-gums sans sucres,
 - **Penser** aux glaçons, glaces à l'eau (*anesthésiant*), substituts salivaires
 - **Prendre** une cuillère à soupe de **Miel**
-
- Prévoir un brossage de dents et rinçage après consommation de sucres.**
- **Traiter** la douleur et **appliquer** les consignes spécifiques au grade de la Mucite

Privilégier les bains de bouche sans alcool effervescents et **éviter** l'alcool, le café, le tabac, les aliments trop salés, sucrés et épicés.

Prescriptions médicales :

Traiter la douleur et évaluer la nutrition selon le grade et l'impact au quotidien.

Penser au sevrage tabagique et alcoolique : Mise en lien avec ELSA pour un accompagnement spécifique.

Utiliser un substitut salivaire : ARTISIAL®.

Réaliser des bains de bouche à l'ASPEGIC® : 1 sachet de 1000mg dans un verre d'eau de source à chaque prise, gargariser et **ne pas avaler**.

Réaliser des bains de bouche avec des CORTICOÏDES.

Appliquer un anesthésiant local (gel, spray, ampoule)

à distance d'1 heure des repas pour éviter les fausses

Appliquer un anesthésiant local (gel, spray, ampoule)

à distance d'1 heure des repas pour éviter les fausses routes.





Il n'y a pas que dans les Bois
Que l'on cueille des Champignons

Redoubler de vigilance
en cours de :

Chimiothérapie
Immunothérapie
Radiothérapie
Traitements morphiniques
Traitements neuroleptiques, benzodiazépines
Oxygénothérapie
Diurétiques, anticholinergiques...

Prévenir. Traiter. Guérir La Bouche Mycosique



Sensation de brûlures,
Douleurs à la **déglutition**
Difficulté pour s'**alimenter**
Modification du goût
Salive épaisse

Stade 1 : Langue rouge framboise,
avec +/- des points blancs

Stade 2 : Dépôts blanchâtres sur la langue,
Gencives, palais, et l'intérieur des joues

Stade 3 : Langue noire



Trucs et astuces :

Augmenter la fréquence des BROSSAGES et utiliser
des **brossettes interdentaires**

Réalisation de bains de bouche fréquents, toutes les 2
heures pendant 48 heures puis augmenter
l'intervalle :

Nettoyer la langue et toute la cavité buccale, avec
une brosse à dent souple

Bossage de la prothèse dentaire

Application de la prescription et des préconisations :

Rincer la bouche au Bicarbonate 1,4% jusqu'à 6
fois par jour (pendant 1 minute) **et alterner** avec
l'application directe du produit prescrit **pur** (délai
d'une heure) :

- Fungizone®
- Mycostatine®
- Triflucan®



Pour varier :

- **Réaliser** des gargarismes avec Bain de bouche
effervescent, Coca cola® sans sucre, **frotter** avec
votre brosse à dent selon tolérance.
- **Nettoyer** la bouche à l'aide de bâtonnet
d'Ananas, rondelle de kiwis et se rincer la bouche
à l'eau. (À ne pas avaler)



**Prévoir un brossage de dents et rinçage
après consommation de sucres.**

- **Boire et se rincer** la bouche avec de l'eau
pétillante.

Privilégier les bains de bouche sans alcool
effervescents et **éviter** l'alcool, le café, le tabac, les
aliments trop salés, sucrés et épicés, sodas,
moutarde, vinaigre.

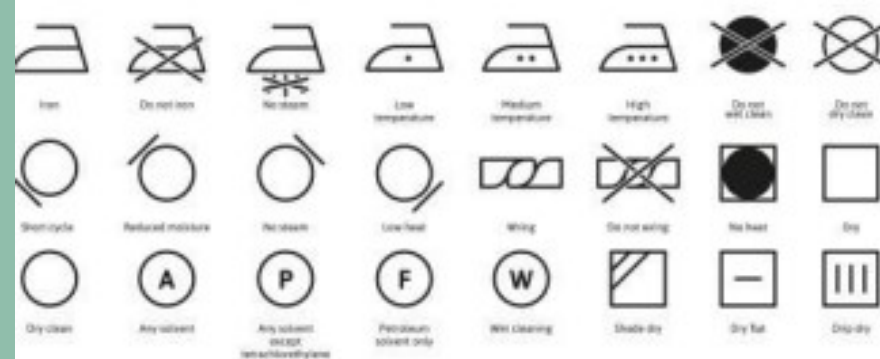
Prescriptions médicales :

LORAMYC®, 1 cp par jour, **placer** la face bombée du
comprimé sur la gencive supérieure, au-dessus d'une
incisive après brossage des dents et bain de bouche.

DAKTARIN®, pommade à appliquer 3 fois par jour

En absence d'amélioration, Signalez-le aux soignants





Tous les jours :

Les dents c'est
comme les
vêtements, il y a
des consignes
d'entretien

Enlever sa/ses prothèses, **brosser** les gencives, langue et se **rincer la bouche au Bicarbonate 1,4%** (pendant 1 minute), **brosser** la prothèse, la rincer à l'eau claire, la sécher.
La remettre en place.

2 fois par semaine :

Entretien des prothèses dentaires

Lavage à la main



- **Préparer** un bain avec un agent nettoyant pour prothèses dentaires (1 pastille dans 1 verre d'eau) et laisser tremper la prothèse au moins 30 minutes.
- **Rincer** abondamment la prothèse, la sécher et la remettre en place.

Si non portées, **Maintenir** vos prothèses propres et sèches dans une boîte prévue à cet effet.

Consulter votre dentiste si la prothèse ne vous semble plus adaptée car comme vos vêtements, la taille est importante.



Netteté nourrit santé

Traiter La bouche altérée



Lèvres et gencives
Sèches, craquelées,
Douloureuses avec dépôts

Langue pâteuse, terne, avec ou sans
Dépôts

Dents et/ou prothèses avec dépôts

Salive épaisse

Haleine désagréable
Modification du goût

Difficulté à la **déglutition**

Sensation de brûlure et de soif intense

Voix modifiée



Trucs et astuces :

Augmenter la fréquence des BROSSAGES et bains de bouche

Réaliser des gargarismes avec un **Bain de bouche** sans alcool ou effervescents et utiliser des **brossettes interdentaires**

Rincer la bouche au Bicarbonate 1,4% jusqu'à 6 fois par jour (pendant 1 minute).



Pour favoriser la détersion

- **Frotter** la bouche à l'aide de bâtonnet d'Ananas, rondelle de kiwis, tranche d'orange et rincer la bouche à l'eau. (*À ne pas avaler*)
- **Nettoyer** la bouche à l'aide de **Coca cola®** ou **Schweppes®** sans sucres, jus de fruit frais, glaçons, chewing-gum.



Prévoir un brossage de dents et rinçage après consommation de sucres.

- **Nettoyer** la bouche à l'aide d'eau oxygénée (1 cuillère à café dans 1 verre d'eau, frotter, gargariser, recracher et **RINCER, pas plus de 2 jours**).
- Masser les dents avec la **pâte de Keyes** (en pharmacie)
- **Appliquer** de la vaseline ou gelée LANSOYL® sur la langue et au bout de 5 minutes, nettoyer à l'aide de la brosse à dents ou à l'aide de bâtonnets pour soins de bouche.



*Vaseline et gelée LANSOYL® **proscrits sous O2***

- **Application** d'un emplâtre à base d'ULCAR® + LANSOYL® pour ramollir les dépôts durant quelques minutes puis nettoyer avec un bâtonnet ou une brosse à dents.
- **Appliquer** baume hydratant sur les lèvres.

Prescriptions médicales :

- **ULCAR® / LANSOYL®** : pour **ramollir les aspérités**.
- **Pour la mauvaise haleine**, utiliser du **GAVISCON®**, ou les bains de bouche sans alcool.



COLLABORATION ET PERSPECTIVES

Systématisation **grille OAG**

Consultation "**DERMATOLOGIE BUCCALE**"

Photobiomodulation



Merci de votre attention

