

# Xerostomia

Questa scheda informativa spiega quali sono le cause della secchezza delle fauci e cosa dovresti fare al riguardo.

## Secchezza delle fauci

La secchezza delle fauci è dovuta a una diminuzione del flusso di saliva o a un calo della quantità di saliva prodotta. Spesso si sviluppa gradualmente e può variare da lieve a grave.

Se hai la bocca secca, potresti manifestare i seguenti sintomi:

- Gola infiammata
- Difficoltà a deglutire
- Alito cattivo
- Sete
- Secchezza dei passaggi nasali
- Sensazione di secchezza, formicolio o urto alla lingua o alla bocca
- Raucedine o problemi a parlare
- Mughetto orale
- Saliva densa e filamentosa
- Labbra secche, screpolate o piaghe e pelle spaccata agli angoli della bocca

## Perché la saliva è così importante?

La saliva è la difesa naturale dell'organismo contro la carie. La saliva lava via i residui di cibo intorno ai denti, neutralizza gli acidi nocivi prodotti dalla placca, dai cibi e dalle bevande, protegge i tessuti molli della bocca e previene le infezioni fungine. La saliva aiuta a proteggere i denti fungendo da serbatoio per minerali come fluoro, calcio e fosfato, che aiutano a rafforzare lo smalto dei denti.

Senza un'adeguata saliva, i denti sono a rischio di carie estesa.

## Quali sono le cause della secchezza delle fauci?

Il flusso di saliva può diminuire con l'età. La secchezza delle fauci può anche essere causata da condizioni come la sindrome di Sjögren, il lupus, il diabete, il morbo di Alzheimer e l'ictus e farmaci come antidepressivi, antistaminici, decongestionanti, farmaci per la pressione sanguigna, antidolorifici e diuretici. Anche la chemioterapia e la radioterapia (in particolare le radiazioni alla testa e al collo) possono causare secchezza delle fauci.

Anche i seguenti fattori possono contribuire alla secchezza delle fauci:

- Fumo, svapo o uso di sigarette elettroniche
- bere alcolici
- russare
- respirare attraverso la bocca
- consumo di bevande ad alto contenuto di caffeina
- depressione

- stress, e/o
- disidratazione (ad es. da febbre, vomito, diarrea, sport o insufficiente assunzione di liquidi).

**Cosa dovrei fare?**

Il medico o l'odontoiatra saranno in grado di riconoscere e trattare la causa della secchezza delle fauci. Potrebbe essere semplicemente una questione di ridurre l'assunzione di bevande contenenti caffeina e aumentare l'assunzione di acqua. Per aiutare a proteggere dalla carie e dall'erosione, un dentista può anche raccomandare l'uso di collutori al fluoro, gel o dentifrici con livelli più elevati di fluoro.

Per alleviare il disagio della secchezza delle fauci:

- bere frequenti sorsi d'acqua
- Masticare gomme senza zucchero per aumentare il flusso di saliva
- utilizzare "sostituti della saliva" (disponibili nella maggior parte delle farmacie)
- Utilizzare un piccolo flacone spray (nebulizzatore) per spruzzare acqua in bocca a intervalli frequenti.

Potresti anche provare i seguenti suggerimenti:

- Non utilizzare dolci o bevande zuccherate per alleviare la sensazione di secchezza delle fauci. Queste abitudini possono causare carie molto rapide.
- Lavati i denti con uno spazzolino morbido e un dentifricio al fluoro poco abrasivo e poco schiumogeno e usa regolarmente il filo interdentale.
- Non fumare vaporizzatori o usare sigarette elettroniche.
- Limitare il consumo di alcol.
- Limitare il consumo di bevande come tè, caffè, bibite analcoliche e bevande energetiche ad alto contenuto di caffeina.
- Usa sughi e salse per rendere il cibo più morbido e più facile da masticare e deglutire.
- Usa un balsamo per le labbra per lenire e proteggere le labbra secche.
- Evitare collutori contenenti alcol o perossido.



**Ricorda**

La secchezza delle fauci può far deteriorare rapidamente la salute orale. Consultare un dentista per un consiglio.

**Per maggiori informazioni**

- Contatta il tuo dentista
- Visita [www.health.qld.gov.au/oralhealth](http://www.health.qld.gov.au/oralhealth)
- Chiama il 13 HEALTH (13 43 25 84) per una consulenza sanitaria confidenziale 24 ore su 24, sette giorni su sette
- Email [oral\\_health@health.qld.gov.au](mailto:oral_health@health.qld.gov.au)

© The State of Queensland, Queensland Health, 2024.