

PRÄVENTION UND THERAPIE EINER MUND SCHLEIMHAUTENTZÜNDUNG (STOMATITIS)

TIPPS &
INFORMATIONEN
FÜR
PATIENTINNEN &
PATIENTEN

Was ist eine Stomatitis und wie entsteht sie?

Eine häufige Nebenwirkung von Krebsbehandlungen ist die Entzündung der Mundschleimhaut, die sogenannte Stomatitis.

Im Rahmen der Chemo- oder Radiotherapie werden nicht nur unkontrolliert wachsende Krebszellen, sondern auch gesunde, sich schnell teilende Schleimhautzellen des Körpers geschädigt. Dadurch wird die Schleimhaut im Mund anfälliger gegenüber chemischen und mechanischen Beanspruchungen sowie gegenüber Bakterien und Pilzen.

Neben der Schleimhaut im Mund, können auch Schleimhäute anderer Organe davon betroffen sein, wie z.B. Rachen, Nase, Magen-Darm-Trakt, Genitalien. Dann sprechen wir von einer Mukositis.

Wie ausgeprägt eine Stomatitis ist, hängt hauptsächlich von der Art, Stärke und Dauer der Krebsbehandlung ab. Auch das Lebensalter, der Allgemeinzustand und eventuelle Begleiterkrankungen können Einfluss auf die Ausprägung haben.

Wie kann ich einer Stomatitis vorbeugen?

Ziel der Prophylaxe ist es, die Schleimhaut vor Mikroverletzungen und Reizungen zu schützen und durch befeuchtende Maßnahmen den Speichelfluss zu erhöhen, um schwere Verläufe zu vermeiden.

Zu den Symptomen einer Mundschleimhautentzündung gehören:

- Rötungen und Schwellungen
- Brennen, Schmerzen
- Ulzerationen (entstehende Geschwüre), Blutungen
- Kau- und Schluckbeschwerden
- Mundtrockenheit
- Geschmacksstörung
- Mundgeruch

Nach dem Ende der Therapie klingen die Symptome mit der vollständigen Erneuerung der Schleimhautzellen wieder ab.

ZAHNARZT

Vor dem Start einer Krebstherapie empfiehlt es sich, einen Zahnarzt/eine Zahnärztin aufzusuchen. Dieser/diese kann, falls notwendig:

- Zahnstein entfernen und Zahntaschen reinigen.
- kariesbefallene Zähne versorgen.
- Zahnkanten glätten.
- Prothesen auf Druckstellen überprüfen oder neue Prothesen anfertigen.
- Zahnpfropthesen mit Wasserstoffperoxid-Lösung (3 %) reinigen.
- fluoridhaltige Lacke oder Gele auftragen.

Bei Strahlentherapie: Falls Metall in Kontakt zur Schleimhaut steht (wie Stifte, Füllungen, Implantate), sollten während der Strahlentherapie Silikonschienen getragen werden.

MUNDHYGIENE

- Regelmäßiges Zähneputzen nach jeder Mahlzeit und vor dem Schlafengehen.
- Weiche Zahnbürsten und milde, fluoridhaltige Zahnpasta verwenden.
- Mindestens einmal im Monat die Zahnbürste wechseln.
- Vorsichtige Reinigung der Zahnzwischenräume mit Zahnseide oder weichen Bürstchen.
- Tägliche Mundinspektion.

MUNDSPÜLUNGEN

Mindestens 4–6-mal täglich für etwa 1 Minute mit 15 ml Wasser oder einer geeigneten Lösung spülen.
Geeignete Lösungen können sein:

- isotonische Kochsalzlösung
- Benzydamin-haltige Lösungen
- antiseptische Tees wie Salbei, Kamille, Ringelblume oder Myrrhentinktur
- Wasser mit Natriumchlorid und Natriumbicarbonat (jeweils halber bis ganzer Teelöffel pro Liter)



SPEICHEFLUSS ERHÖHEN

Falls Sie unter einem trockenen Mund leiden:

- Lutschen sie glatte, zuckerfreie Bonbons.
- Verwenden Sie Speichelersatzprodukte (Mundgel, Mundspülung, Mundspray, Lutschtabletten).

KRYOTHERAPIE (KÄLTETHERAPIE)

Fragen Sie Ihren Arzt/Ihre Ärztin, ob Sie mit 5-Fluoruracil oder hochdosiertem Melphalan behandelt werden. In diesem Fall können Sie 5 Minuten vor der Therapie und bis 30 Minuten nach der Therapie Eiswürfel lutschen, um die Schleimhautreizung zu reduzieren. Ein Tipp hierbei ist, Ananassaf-Eiswürfel zu verwenden.



ERNÄHRUNG

Grundsätzlich gilt: Alles, was schmeckt, ist erlaubt!

POSITIV

- + weiche, dickflüssige Kost
- + viel Trinken, auch zu den Mahlzeiten
- + Rahmsaucen
- + reifes, wenig säurehaltiges Obst
- + Milchprodukte
- + Kühle oder lauwarme Speisen
- + Babynahrung

DAS SOLLTEN SIE VERMEIDEN

- scharfkantige, harte, trockene Lebensmittel
- kalte Getränke mit Kohlensäure
- scharfe, stark gewürzte Speisen
- zu viel Säure (Zitrusfrüchte, Tomaten, rohes Obst, Säfte)
- sehr kalte oder sehr heiße Speisen
- Alkohol, Nikotin

HEILEN

Manchmal kommt es trotz vorbeugender Maßnahmen zu Entzündungen. In diesem Fall können Sie folgendes tun:

- Erhöhen Sie die Häufigkeit der Mundspülungen (bis zu 1-mal pro Stunde).
- Sprechen Sie mit Ihrem Arzt/Ihrer Ärztin. Je nach Zustand kann er/sie Ihnen schmerzlindernde oder antiinfektiöse Lösungen verschreiben.



HABEN SIE FRAGEN?

Kontaktieren Sie uns gerne
werktags von 09:00 bis 17:00 Uhr.

APOTHEKENTEAM ONKOLOGISCHE VERSORGUNG
Tel. +49 40 523889 -125 | Fax -595 | onkologie@aps-hh.de

Besuchen Sie unsere Apotheke auch im Online-Shop: shop.aps-hh.de



antares-apotheke Pharma Service Thomas Hintz e.K.
Kuehnstraße 75 · 22045 Hamburg · www.aps-hh.de