



## Patienteninformationsblatt zum Thema Schleimhautentzündung und Mundtrockenheit

Schleimhautentzündungen treten während der Behandlung mit bestimmten Zytostatika relativ häufig auf. Das liegt daran, dass die Therapie alle rasch teilenden Zellen angreift, dazu zählen nicht nur die Tumorzellen, sondern auch die Schleimhautzellen im Mund, aber auch der gesamte Magen-Darm-Trakt bis zum Anus sowie auch in der Scheide. Weil die Chemotherapie das Zellteilungsvermögen verringert, kann sich die Mundschleimhaut nur langsam erneuern, so dass oft zu wenig Speichel gebildet wird und es in der Folge zur Mundtrockenheit kommt.

Sprechen Sie mit Ihrem Arzt, wenn Sie Symptome im Magen-Darm-Trakt, Anus oder Scheide bemerken. Er kann Ihnen geeignete Mittel verordnen.

Treten Schleimhautveränderungen im Mund auf, äußert sich das durch Schmerzen beim Essen und Trinken oder Beläge im Mund. Auch das Sprechen kann Ihnen schwer fallen.

### Folgende schädigende Faktoren sollten Sie ausschalten:

- Mechanische Schädigung der Schleimhaut.  
Benutzen Sie bitte eine weiche Zahnbürste
- Chemische Reize (Alkohol, Nikotin oder alkoholische Mundspüllösungen)
- Zu heiße oder kalte Nahrungsmittel
- Zu scharf gewürzte Speisen oder säurehaltige Nahrungsmittel
- Schlechte Mundhygiene (gehen Sie bitte vor Beginn der Therapie zum Zahnarzt)
- Zu geringe Flüssigkeitszufuhr

### In Bezug auf die Mundschleimhaut können Sie einige Dinge vorbeugend tun:

**Mundspülung mit salzhaltiger Lösung** (NaCl 0,9 %), die Sie in Ihrer Apotheke erhalten. Sie entspricht dem Salzgehalt unseres Körpers und benetzt somit die Schleimhaut, ohne eine Reizung zu verursachen. Sie können damit 4 – 6 x täglich gurgeln.

Das **Lutschen von Eiswürfeln** betäubt Schmerzen und feuchtet die Mundschleimhaut an. Sie können auch **Salbeitee** einfrieren. Dieser wird zusätzlich antibakteriell und entzündungshemmend. Die Eiswürfel sollten vor dem Lutschen angetaut sein und keine scharfen Kanten haben. Zum Schutz der Schleimhaut können sie auch kurz vor und während der Chemotherapie gelutscht werden.



## Patienteninformationsblatt zum Thema Schleimhautentzündung und Mundtrockenheit

**Salbei-, Kamille- und Ringelblumentee** wirken entzündungshemmend und fördern die Wundheilung. Für die Zubereitung des Tees nehmen Sie jeweils 1 EL vom gewünschten Tee, gießen ihn mit einer Tasse heißem Wasser auf und lassen ihn 10 Minuten zugedeckt ziehen. Sie können den Tee trinken oder 4 – 6 x täglich den Mund damit spülen.

Um den Speichelfluss anzuregen können Sie **mit dem Daumen die Handfläche der gegenüberliegenden Hand massieren**. Dadurch wird die Zungenbewegung gefördert und es kommt zu einem vermehrten Speichelfluss.

Kauen Sie **zahnreinigende Kaugummis**. Dies führt ebenfalls zu vermehrtem Speichelfluss und pflegt die Zähne. Mögen Sie keine Kaugummis, lutschen Sie **zuckerfreie Zitronenbonbons**, dies hat die gleiche Wirkung auf die Speichelproduktion.

**Mundspülung mit Traumeel Tropfen**. Traumeel ist ein homöopathisches Kombinationsmittel, das sich bei entzündlichen Prozessen bewährt hat. Dazu nehmen Sie ein halbes Glas Wasser und geben 10 Tropfen Traumeel hinzu. Sie können mit der Lösung den Mund 5 – 6 x täglich spülen.

**Spülung mit dem Fruchtfleischöl des Sanddorns**. Sanddorn unterstützt die Wundheilung, repariert Zellschäden und wirkt allgemein als Radikalfänger. Bei leichten Beschwerden nehmen Sie täglich 3 – 5 Tropfen Sanddornöl, mischen es mit etwas Wasser und spülen damit mehrmals täglich den Mund aus. Bei starken Schmerzen nehmen Sie zum Spülen 1 EL des Öls, gemischt mit etwas Wasser.

Tritt trotz aller vorbeugenden Maßnahmen eine Schleimhautschädigung auf, oder verschlechtern sich die Symptome, informieren Sie bitte uns bitte umgehend. Ihr Arzt kann Ihnen dann geeignete Medikamente verordnen.

Ich hoffe, wir konnten Ihnen mit unseren Informationen helfen.

**Bestehen Fragen oder haben Sie Probleme, nehmen Sie bitte Kontakt zu uns auf.**