Liebe Patienten, liebe Angehörige,

wenn Sie eine Therapieform erhalten die orale Mukositis begünstigt, sollten Sie möglichst früh mit der Vorbeugung beginnen.

Auch wenn Sie bereits unter Symptomen der oralen Mukositis leiden, können Sie viel dazu beitragen den Heilungsprozess zu beschleunigen und die Beschwerden zu lindern.

Wir, das onkologische Fachpflegeteam, wünschen Ihnen Kraft und Mut, für die Zeit der Therapie und sind jederzeit für Sie ansprechbar. Egal ob es sich um Fragen zur Therapie handelt, oder Sie einfach nur mit jemanden sprechen möchten. **Wir sind für Sie da.**

Mit herzlichen Grüßen

Ihr
Onkologisches Fachpflegeteam der Barmherzigen Brüder Straubing

Weitere Informationen:
https://www.krebsgesellschaft.de

Klinikum St. Elisabeth Straubing GmbH
St.-Elisabeth-Straße 23
94315 Straubing
Telefon 09421 710-0
Telefax 09421 710-1015

E-Mail: info@klinikum-straubing.de
Internet: www.klinikum-straubing.de

Stationäre Onkologie
Telefon 09421 710-13-32
Station 32

Text: PIZ · Fotos: © New Afrika – stock.adobe.com · Layout/Druck: Cl. Attenkofer'sche Buch- und Kunstdruckerei Straubing · 07/2020

INFORMATION FÜR PATIENTEN UND ANGEHÖRIGE

VORBEUGUNG UND BEHANDLUNG VON ENTZÜNDUNGEN DER MUNDSCHLEIMHAUT

Mukositis

BARMHERZIGE BRÜDER
Klinikum St. Elisabeth
Straubing

Sehr geehrte Leserin, sehr geehrter Leser,

Mukositis ist der medizinische Fachausdruck für eine Entzündung der Mundschleimhaut. Ursache für die Entstehung dieser Schleimhauterkrankung ist u.a. die Behandlung mit Chemo- oder Strahlentherapie.

Chemo- und Strahlentherapie werden dazu eingesetzt Krebserkrankungen zu behandeln. Ihre Wirkung beruht darauf, dass sie Zellen mit einer hohen Teilungsrate zerstören. Da eine Krebstherapie nicht zwischen gesunden und kranken Zellen unterscheiden kann, betrifft ihre zellzerstörende Wirkung auch gesundes Gewebe. Neben den Krebszellen gehören vor allem Schleimhautzellen, wie beispielsweise die der Mundschleimhaut, zu den Körperzellen, die sich in relativ kurzen Abständen teilen und erneuern. Auch sie werden deshalb durch die Tumortherapie in Mitleidenschaft gezogen.

Vermeiden lässt sich die Entstehung einer Mukositis nicht vollständig, durch entsprechende Maßnahmen kann ihre Dauer und Ausprägung jedoch abgeschwächt werden. Wir möchten Ihnen in diesem Merkblatt Maßnahmen vorstellen, die Sie selbst durchführen können, um die Nebenwirkungen möglichst gering zu halten.

Symptome einer Schädigung der Mundschleimhaut

Eine Schädigung der Schleimhaut kann unterschiedliche Ausmaße annehmen.

Im Anfangsstadium bemerken Sie eine unangenehme Trockenheit der Mundhöhle und oder eine Rötung.

Im fortgeschrittenen Stadium können sich tiefreichende, schmerzende Hautdefekte zeigen, welche die Nahrungsaufnahme beeinträchtigen.

> Für einen guten Behandlungserfolg ist es wichtig, dass Sie bereits kleinste Veränderungen der Mundschleimhaut dem Pflegepersonal oder dem behandelnden Arzt mitteilen.

Was Sie zur Vorbeugung tun können

- Kontrollieren Sie Ihre Mundhöhle täglich auf wunde Stellen, Bläschen oder Beläge. Ein Spatel, ein Spiegel und eine Taschenlampe können dabei sehr hilfreich sein.
- Achten Sie auf regelmäßiges Zähneputzen (mindestens zweimal täglich). Verwenden Sie hierzu eine saubere, weiche Zahnbürste. Diese sollte in regelmäßigen Abständen gewechselt werden (ca. alle 4 Wochen). Verwenden Sie bitte eine flouridhaltige Zahnpasta.
- Lassen Sie beim Zahnarzt regelmäßig Kontrolluntersuchungen durchführen. Wichtig ist dies besonders vor Therapiebeginn.
- Spülen Sie Ihren Mund regelmäßig mit einer Kochsalzlösung (mindestens viermal pro Tag, besonders nach jeder Mahlzeit, bei Bedarf gerne auch öfter).
- Vermeiden Sie Nahrungsmittel mit schleimhautschädigender Wirkung. Dazu zählen vor allem
  - ▷ säurehaltige Lebensmittel
  - ▷ scharfe und heiße Speisen
  - ▷ zuckerhaltige Lösungen
  - ▷ Alkohol
  - ▷ Tabak
- Trinken Sie ausreichend sofern Ihnen der Arzt keine Flüssigkeitseinschränkung verordnet hat. Ausreichende Flüssigkeitszufuhr hält die Mundschleimhaut feucht und regt den Speichelfluss an. Dies verhindert eine Keimbesiedelung. Geeignet sind insbesondere
  - ▷ säurearme Getränke
  - ▷ Mineralwasser
  - ▷ Kräutertees (bitte Vorsicht bei Kamillentee – dieser besitzt eine austrocknende Wirkung)

> **TIPP** – Kochsalzlösung selber herstellen: ½ bis 1 Teelöffel Kochsalz in 1 Liter Wasser auflösen. Je nach Wohlgefühl kann die Lösung warm oder kalt angewendet werden.

Was sie zur Unterstützung einer Behandlung von Mukositis tun können

Hat sich trotz aller Vorsichtsmaßnahmen die Schleimhaut entzündet, wird Ihr Arzt nach Rücksprache mit Ihnen eine medikamentöse Therapie einleiten. Die nachfolgenden Hinweise zeigen Ihnen, wie sie mit eigenen Maßnahmen diese Therapie unterstützen und Schmerzen lindern können.

- Verwenden Sie Mundspüllösung in einer ihnen angenehmen Temperatur. Beachten Sie bitte dabei eventuelle Vorgaben durch den Hersteller.
- Führen Sie die Mundspülungen öfter durch – fragen Sie Ihren Arzt alternativ nach schmerzlindernden Mundspüllösungen.
- Lutschen Sie Eiswürfel.
- Bei Zahnfleischbluten können Sie zeitweise anstelle von herkömmlichen Zahnbürsten eine Schaumzahnbürste benutzen (wenden Sie sich dazu bitte an unser Pflegepersonal).
- Passen Sie Ihre Ernährung an. Besonders geeignet sind weiche Kost, pürierte Speisen und flüssige Kost. Gegebenenfalls können Sie Ihren Speiseplan um energiereiche Trinknahrung ergänzen.
- Nehmen Sie Schmerzmittel nach ärztlicher Anordnung ein.