



mukositis-ratgeber.de

Vorbeugung und Behandlung der Oralen Mukositis

Eine Mukositis (oder „Mucositis“) beschreibt eine Entzündung der Schleimhaut (Mukosa). Eine Mukositis tritt bei onkologischen Patienten im Rahmen einer Behandlung häufig auf, besonders bei Bestrahlungen im Kopf- und Halsbereich, bei Knochenmarktransplantationen und bei hochdosierten Chemotherapien.



Symptome

Die Beschwerden zeigen sich sehr vielseitig, können außerordentlich schmerzhaft sein und die Lebensqualität stark beeinträchtigen. Folgende Symptome können auftreten:

Schmerzen, Mundtrockenheit, Geschmacksstörungen, Schluckstörungen und Mangelernährung gehören zu den typischen Symptomen einer oralen Mukositis.

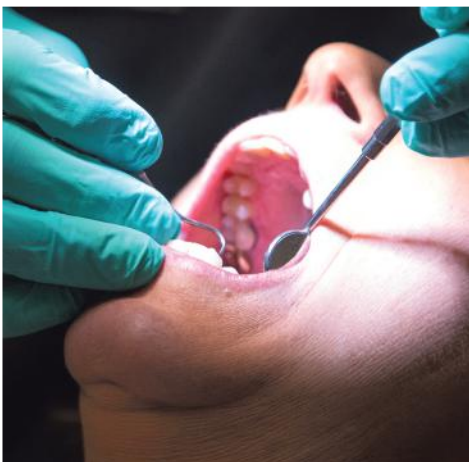
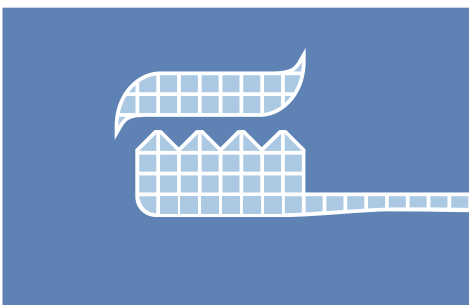
Prophylaxe möglichst vor der Behandlung beginnen

Schon vor Beginn einer onkologischen Behandlung sollte die Mundschleimhaut geschützt werden. Denn wer die Krebsbehandlung mit gesunden Zähnen und gesundem Zahnfleisch beginnt, kann wesentlich zur Vorbeugung einer Mukositis beitragen. Nicht immer lässt sich dadurch eine Mukositis verhindern, aber das Ausmaß der Schädigungen und das Risiko einer zusätzlichen Infektion wird deutlich gemindert.

Zahnarztbesuch einplanen

Planen Sie nach Möglichkeit noch vor der onkologischen Behandlung einen Zahnarztbesuch ein, um:

- Auf mögliche Karies zu prüfen
- Eine professionelle Zahnreinigung durchführen zu lassen
- Bestehende Zahnfleischprobleme behandeln zu lassen, die zur Infektionsquelle während einer Therapie werden könnten
- Zahnstein entfernen zu lassen
- Eventuelle Prothesen auf Druckstellen überprüfen zu lassen
- Eine Fluoridierung zum Schutz der Zähne durchführen zu lassen
- Mit dem Zahnarzt über weitere Tipps und mögliche Präventionsmaßnahmen zu besprechen





Auf sorgfältige Mund- und Zahnpflege achten

- Mindestens zwei Mal täglich für je 90 Sekunden die Zähne putzen
- Eine weiche Zahnbürste verwenden
- Zahnbürste bzw. Bürstenkopf wöchentlich austauschen
- Verwenden einer mentholfreien und fluoridhaltigen Zahnpasta
- Vorsichtiges, möglichst einmal tägliches Anwenden von Zahnseide oder Interdentalbürstchen

Mundspülungen verwenden

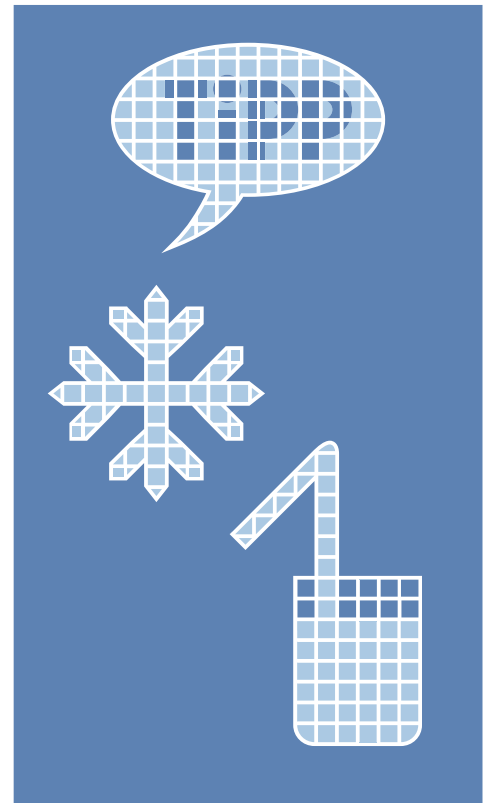
Verwenden Sie mehrmals täglich milde Mundspülungen. Diese wirken befeuchtend und schützen die empfindliche Schleimhaut:

- Mundspülungen wirken vorbeugend gegen Infektionen durch Bakterien, Viren und Pilze
- Mundwasser ohne Alkohol verwenden
- Eine Minute spülen, danach 15 Minuten nichts essen oder trinken
- Wenn Sie bereits an einer Mukositis leiden, sind Mundspülungen mit dem Wirkstoff Chlorhexidin zu vermeiden

Kontrollieren Sie regelmäßig Ihr Zahnfleisch und Ihre Mundhöhle. Treten Wunden oder Entzündungen auf, lassen Sie diese bitte von Ihrem Zahnarzt kontrollieren.

Weitere Tipps

- Rauchen und Alkohol vermeiden
- Mehrmals täglich Lippenpflege auftragen
- Ausreichend trinken
- Nach dem Erbrechen Zähne putzen, da die Magensäure sonst die Zähne angreift
- Wenn Sie unter Mundtrockenheit leiden, dann hilft auch die Anwendung von künstlichem Speichel. Dieser befeuchtet nicht nur Mund und Nahrung, sondern wirkt auch antibakteriell und neutralisiert zahnschädigende Säuren
- Bei bestimmten Chemotherapeutika kann das Lutschen von Eiswürfeln Linderung verschaffen
- Mucosamin® befeuchtet und schützt die Mundschleimhaut und kann sowohl zur Vorbeugung als auch zur Behandlung angewendet werden



Was muss bei der Ernährung beachtet werden?

Achten Sie auch bei der Ernährung auf eine schonende Kost, um Reizungen der Mundschleimhaut zu vermeiden:

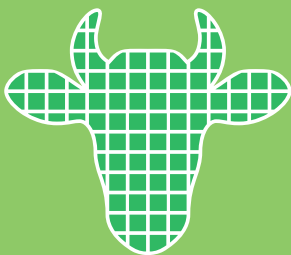
- Passen Sie die Konsistenz der Lebensmittel an: Bei starken Entzündungen im Mund-Hals-Bereich ist eine weiche bzw. pürierte Kost empfehlenswert
- Verzichten Sie auf Alkohol
- Vermeiden Sie sehr heiße Speisen und genießen Sie Ihr Essen besser lauwarm
- Vermeiden Sie würzige, scharfe oder zu salzige Speisen
- Milchprodukte können Speisen abmildern:
Verfeinern Sie Ihre Speisen gerne mit Sahne oder Crème Fraîche
- Vermeiden Sie säurehaltige Lebensmittel wie z. B. Essiggurken, Tomaten, Zitrusfrüchte. Diese können nämlich die Mundschleimhaut reizen oder bestehende Entzündungen verstärken
- Vorsicht ist auch geboten vor zuckerhaltigen Limonaden, säurehaltigen Säften und sauren Tees
- Vermeiden Sie klebrige Speisen. Diese können in der Mundhöhle kleben bleiben und so das Wachstum entzündungsfördernder Bakterien steigern
- Achten Sie darauf, keine scharfkantigen, sehr trockenen und bröseligen Speisen zu sich zu nehmen, da diese die Mundschleimhaut verletzen können (z. B. Brotkruste, Müsli, Kekse oder ungekochtes Gemüse)
- Genießen Sie Gemüse lieber gekocht und schneiden Sie harte Brotkrusten ab
- Kochen Sie Pasta oder Reis etwas länger
- Ein Strohhalm kann helfen, entzündete Stellen im Mund zu umgehen

+ Verzehren



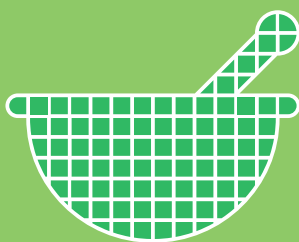
**+ Länger gekochte Kost,
lauwarm serviert**

**- Alkoholische, saure
oder zuckerhaltige
Getränke**



**+ Molkereiprodukte,
auch zum Abmildern**

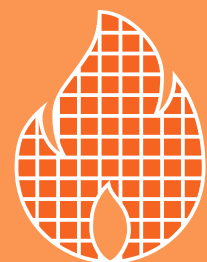
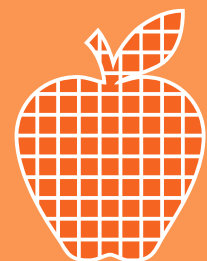
**- Säurehaltige, klebrige
oder ungekochte
Speisen**



**+ Milde, weiche bzw.
pürierte Nahrung**

**- Scharfe, scharfkantige,
heiße oder trockene
Gerichte**

- Vermeiden



Können Sie aufgrund der Schmerzen nicht genug essen und dadurch ihr Gewicht nicht halten, sprechen Sie unbedingt mit Ihrem Arzt! Er kann Ihnen Medikamente gegen die Schmerzen verschreiben und bei Bedarf auch Trinknahrung verordnen.

Mucosamin® – zur Vorbeugung und Behandlung

Eine Studie untersuchte den klinischen Effekt von Mucosamin® bei Patienten mit Orale Mukositis nach Stammzelltransplantation und zeigte eine Besserung der Beschwerden:

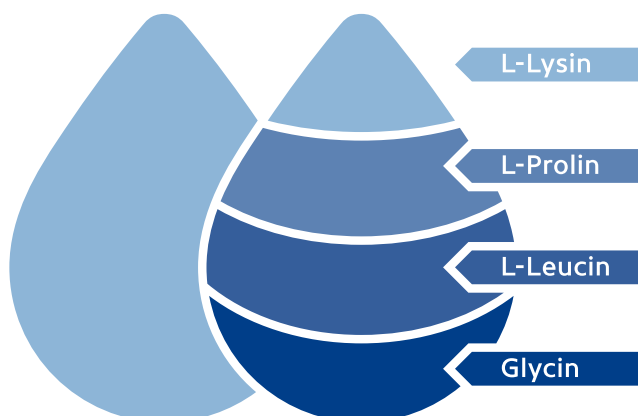
- Bei Anwendung zu Beginn einer Chemotherapie oder Strahlentherapie spendet Mucosamin® Feuchtigkeit, schützt die Mundschleimhaut und reduziert damit das Risiko für das Auftreten von Mukositis
- Mucosamin® bildet einen Schutzfilm, der die ulzerierte Schleimhaut bedeckt, schützt und damit hilft, Schmerzen zu lindern
- Mucosamin® fördert den Wundheilungsprozess und die Reparaturmechanismen der Mundschleimhaut
- Mucosamin® fördert auch die Wundheilung und lindert Schmerzen, die durch orale Laserchirurgie verursacht werden

NEU: Innovative Behandlung der Schleimhäute von onkologischen Patienten



Mucosamin® mit Hyaluronsäure und ausgewählten Aminosäuren – zur direkten Anwendung gegen Mukositis, Proktitis, Vulvovaginitis oder Radiodermatitis

HYALURONSÄURE + AMINOSÄUREN:



Burg Pharma ist ein mittelständisches deutsches Pharmaunternehmen aus Bernburg in Sachsen-Anhalt. Seit 1954 vertrauen Ärzte und Apotheker auf die hohe Qualität unserer Infusionslösungen. Heute unterstützen wir unsere Patienten mit etablierten und innovativen Produkten bei der Prävention und Therapie. Weitere Informationen finden Sie unter: www.burgpharma.com



Burg Pharma
Bernburg