

Was kann ich bei Beschwerden tun?

Vielleicht hatten Sie früher schon einmal eine Halsentzündung oder eine wunde Stelle im Mund. Überlegen Sie, was Ihnen damals geholfen hat.

- Gurgeln Sie häufig und so oft, wie es Ihnen gut tut. Ihr Arzt wird Ihnen spezielle Mundspülungen empfehlen.
- Trinken Sie viel!
- Bei Entzündungen ist es besser, die Zahnprothese nur zum Essen zu tragen.
- Gegen leichte Schmerzen helfen kühle Getränke, kalte Speisen wie Joghurt, Milkshakes oder Geleespeisen, weiche Speisen wie Pürees oder Suppen und Eiswürfel. Probieren Sie in Eiswürfel gefrorenen Tee oder Saft.
- Bei starken Schmerzen benötigen Sie zusätzlich ein Schmerzmittel. Fragen Sie dazu Ihren Arzt.

Wann wende ich mich an meinen Arzt?

Wenn die Beschwerden zunehmen, benötigen Sie eine weitere Behandlung. Sprechen Sie mit Ihrem Arzt, wenn eine der folgenden Veränderungen bei Ihnen auftritt:

- wunde oder offene Stellen im Mund
- weiße Beläge im Mund
- Schluckbeschwerden
- Schmerzen im Mund
- starkes Zahnfleischbluten
- Fieber

Weitere Informationsblätter des CIO zu ähnlichen Themen:

- Übelkeit und Erbrechen nach Chemotherapie
-

Impressum:

Centrum für Integrierte Onkologie (CIO) Köln Bonn
am Universitätsklinikum Köln (AöR)
Kerpener Str. 62
50937 Köln

Beschwerden im Mund nach Chemotherapie



Eine Information des CIO für
Patienten, Angehörige und Freunde



**UNIKLINIK
KÖLN**



universitäts
klinikumbonn

Beschwerden im Mund nach Chemotherapie

Während einer Chemotherapie kann es zu Veränderungen im Mundbereich kommen. Entzündungen und Zahnfleischbluten können die Folge sein. Mindestens jede dritte Patientin bzw. jeder dritte Patient ist davon betroffen. Je nach Art der Chemotherapie können die Beschwerden leichter oder stärker ausgeprägt sein.

Wir möchten Sie über die Ursachen und mögliche Auswirkungen informieren. Außerdem geben wir Ihnen Tipps für den Alltag, um Beschwerden vorzubeugen oder zu lindern.

In diesem Faltblatt beantworten wir Ihnen folgende Fragen:

- Was verändert sich im Mund durch die Chemotherapie?
- Wie wirken sich die Veränderungen aus?
- Wie kann ich Beschwerden vorbeugen?
- Was kann ich bei Beschwerden tun?
- Wann wende ich mich an meinen Arzt?

Was verändert sich durch die Chemotherapie?

Die Chemotherapie soll verhindern, dass Tumorzellen weiter wachsen. Die Therapie hat aber nicht nur eine Wirkung auf kranke Zellen. Sie verhindert auch, dass sich gesunde Zellen erneuern. Vor allem Haare, Nägel, Blutzellen und Schleimhäute z. B. in Mund, Magen und Darm, sind betroffen.

Durch die Chemotherapie verringert sich die Zahl der weißen Blutkörperchen (*Leukozyten*). Sie sind für die Abwehr von Krankheitserregern zuständig. Wenn man zu wenige weiße Blutkörperchen hat, ist man besonders anfällig für Entzündungen – auch im Mund.

Genauso kann die Zahl der Blutplättchen (*Thrombozyten*) nach der Therapie abfallen. Dann neigt man

vermehrt zu Blutungen, wie z. B. Zahnfleischbluten.

Die Mundschleimhaut wird durch die Therapie dünn und empfindlich. Sie können sich dann leicht verletzen, z. B. beim Zähneputzen, wenn Sie eine schlecht sitzende Prothese haben oder etwas Scharfkantiges essen. Es kann aber auch von allein zu wunden Stellen kommen.

Erste Veränderungen im Mund treten meist ein paar Tage nach Beginn der Chemotherapie auf. Sie heilen in der Regel nach zwei bis drei Wochen wieder ab.

Wie wirken sich die Veränderungen aus?

Die Veränderungen können sehr verschieden sein. So hat z. B. die Art der Medikamente Einfluss darauf, wie schwer die Auswirkungen sind. Auch reagiert jeder Patient anders auf die Therapie. Fragen Sie Ihren Arzt oder Ihr Pflegeteam, womit Sie bei Ihrer Chemotherapie rechnen müssen.

Bekannte Beschwerden sind:

- veränderter Geschmack
- trockener Mund
- aufgesprungene Lippen, Bläschen
- weiße Beläge auf der Zunge
- Wunde oder offene Stellen
- starke Rötung
- geschwollenes Zahnfleisch
- Zahnfleischbluten
- Kratzen im Hals, heisere Stimme
- Schluckbeschwerden
- Schmerzen
- Fieber – als Folge einer Entzündung
- Gewichtsverlust – als Folge verringerter Nahrungsaufnahme

Schauen Sie jeden Tag in Ihren Mund, um Veränderungen frühzeitig festzustellen. Sie brauchen dazu einen Spiegel und gutes Licht. Eine Zahnprothese sollte vorher herausgenommen werden.

Wie kann ich Beschwerden vorbeugen?

Es ist nicht immer möglich, Beschwerden zu vermeiden. Aber Sie können doch einiges tun:

Nach jedem Essen Zähne putzen

Putzen Sie sanft mit einer weichen Zahnbürste und einer milden Zahncreme. Wenn Sie eine Zahnprothese haben, sollten Sie auch diese gründlich reinigen.

Mehrmals am Tag gründlich gurgeln

Gurgeln Sie in Mund und Rachen. Geeignet sind Wasser, Sprudelwasser, warmes Salzwasser (1 Teelöffel Salz auf 1 Liter Wasser) oder Tee (z. B. Kamille, Salbei). Nehmen Sie das, womit Sie gut zurechtkommen.

Lippen geschmeidig halten

Benutzen Sie eine Lippencreme. Fettstifte sind aus hygienischen Gründen ungeeignet.

Ausreichend trinken

Trinken Sie mindestens 1,5 bis 2 Liter Flüssigkeit pro Tag, um den Mund feucht zu halten.

Schleimhautreizende Substanzen meiden

Nicht zu empfehlen sind:

- alkoholhaltige Mundwasser, z. B. aus der Drogerie, da sie den Mund austrocknen
- saure, scharfe, scharfkantige, heiße oder harte Speisen sowie
- Nikotin und Alkohol.