UNIVERSITÄTS KLINIKUM FREIBURG

PATIENTENINFORMATION

MUNDPFLEGE

während und nach medikamentöser Tumortherapie

ONKOLOGISCHE PFLEGE

WIR FÜR DEN PATIENTEN | CCCF COMPREHENSIVE CANCER CENTER FREIBURG

uniklinik-freiburg.de/cccf.html

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

Frau/Herr .....

Medikamentöse Tumortherapien wie Chemotherapie oder Immuntherapie schädigen Zellen, die sich rasch teilen. Dies sind vor allem Krebszellen, aber auch andere Zellen wie die Zellen der Blutbildung, der Haarbälge, der Nagelbildung und der Schleimhäute. Hier sind besonders die Schleimhautzellen im Mund- und Rachenbereich betroffen. Diese entzündliche Reaktion wird Mundschleimhautentzündung oder auch orale Mukositis genannt.

Eine Mundschleimhautentzündung kann 7-10 Tage nach Beginn der Therapie in Erscheinung treten und braucht ca. 10-14 Tage bis zum Abheilen nach Beendigung der Therapie. Da unser Mund sowohl bei der Nahrungsaufnahme als auch beim Sprechen sehr wichtige Funktionen erfüllt, erleben wir Entzündungen und somit Beeinträchtigungen in diesem Bereich in mehrfacher Hinsicht als belastend.

Die gesunde Mundschleimhaut dient der Befeuchtung der Atemwege und schützt vor äußeren Einflüssen. Auf ihr siedeln nicht nur Keime der gesunden Mundflora, sie muss auch Viren, Bakterien und Pilze abwehren, die ihren Weg in den menschlichen Körper suchen. Eine eingeschränkte Abwehrkraft, wie sie häufig nach Krebstherapien auftritt, begünstigt ein leichteres Eindringen für Bakterien, Viren und Pilze im Mund- und Rachenraum. Dies kann den Entzündungsprozess weiter verstärken. Daher ist eine exzellente Mundpflege sehr wichtig, um das Entstehen einer Mundschleimhautentzündung zu verhindern, verzögern oder abzumildern.

Welche Faktoren begünstigen das Entstehen einer Mundschleimhautentzündung?

Zum einen persönliche Risikofaktoren wie:

» Ungenügende Mundhygiene
» Schlechter Zahnstatus
» Brücken und Prothesen
» Schlechter Ernährungszustand
» Alkoholkonsum
» Rauchen
» Mundtrockenheit
» Mundatmung

Aber auch medizinische Risikofaktoren wie:

» Abwehrschwäche
» Bestrahlung
» Zytostatika
» Diabetes

Woran erkennen Sie eine Mundschleimhautentzündung?

Die ersten Symptome können sein:

» Rötung
» Schwellung: z. B. Abdruck der Zähne in den Wangentaschen zu sehen
» Schmerzen
» Probleme beim Sprechen
» Probleme beim Kauen und/oder Essen
» Probleme beim Schlucken
» Mundtrockenheit

Häufig gehen folgende Symptome damit einher:

» Beläge auf der Zunge
» Parodontose (Zahnfleischentzündung)
» Mundgeruch
» Geschmacksveränderungen: pelzig; fade/geschmacklos; versalzen
» Überempfindlichkeit auf Kaltes, Heißes oder stark Gewürztes
» Kribbeln, Brennen, Kratzen
» Rauhe Stimme; Heiserkeit
» Taubheitsgefühl
» Bläschen
» Verschleimung
» Blutung
» Schluckstörungen

Je nach Verlauf der Mundschleimhautentzündung können diese Symptome zu

» Mangelernährung
» Austrocknung

führen und somit weitere Maßnahmen wie z.B. eine Ernährung über die Vene nötig machen.

Eine konsequente Mundpflege kann das Entstehen einer Mundschleimhautentzündung herauszögern!

Ziele der Mundpflege sind...

- Möglichst frühzeitig Veränderungen der Mundschleimhaut zu erkennen und dann die richtigen Maßnahmen wie z.B. Mundspüllösungen zu verwenden
- Verhinderung von Infektionen durch Reduktion der Keimbesiedelung und Aufrechterhaltung intakter Schleimhäute.
- Erhaltung Ihrer Ernährung und Ihres Wohlbefindens

Eine gute Mundpflege sollte konsequent erfolgen und folgendes beinhalten:

Maßnahmen	Zeitpunkte	Materialien
Lippenpflege	Mehrfach täglich	Glycerinfreier Lippenbalsam (z.B. Imlan®)
Zahnpflege	Mindestens 2 x täglich	Weiche Kurzkopf-Zahnbürste (alle 4 Wochen wechseln) Bei zusätzlicher Abwehrschwäche (Leukozyten unter 1000/µl Blut) sollte die Zahnbürste 1x pro Woche gewechselt werden. Sollte Zahnfleischbluten auftreten oder die Zahnbürste zu schmerzhaft sein, können Sie die Zahnpflege vorrübergehend auch mit einem Schwämmchen (DentaSwab®) durchführen.
Zungenpflege	1 - 2 x täglich	Die Zunge mit einer extra Zahnbürste, Schwämmchen oder Zungenbürstchen 1-2 x täglich reinigen (Bitte keine Zungenschaber verwenden).
Mundspülungen	4-6 x täglich	Basisspülung: Mineralwasser oder Kochsalzlösung Es empfiehlt sich während der Therapie und bis Abklingen der Beschwerden mehrfach am Tag den Mund mit Mineralwasser zu spülen. Bewegen Sie die Spülflüssigkeit mindestens 30 Sekunden pro Schluck im Mund, wiederholen Sie dies 2-4mal
	2 x täglich	Keimreduzierende Spüllösung (z.B. Octenidol) bei bestehender Abwehrschwäche (Leukozyten unter 1000/µl Blut) oder beim Auftreten ersten Anzeichen morgens und abends für 30 Sekunden im Mund hin- und her bewegen um eine gute Keimreduktion zu erzielen.
Mundkontrollen	regelmäßig	Regelmäßige Kontrollen durch Haus-/ Zahn-/ Ambulanzarzt oder das Pflegepersonal während eines stationären Aufenthaltes sind extrem wichtig, um frühzeitig Veränderungen erkennen zu können

Allgemeine Tipps:

Entfernen Sie Zahnprothesen zum Spülen. Lassen Sie ggf. Brücken und Prothesen gut anpassen, um Verletzungen oder Druckstellen zu vermeiden und legen Sie diese ggf. täglich in desinfizierende Reinigungslösung. Vor einer geplanten Therapiefortsetzung oder einer Stammzelltransplantation empfiehlt sich eine professionelle Zahnreinigung und Kontrolle durch Ihren Zahnarzt.

Lassen Sie sich frühzeitig Schmerzmittel geben, damit Sie die Mundpflege möglichst lange fortführen können!

Sollten Sie unter Mundtrockenheit leiden, kann ein Sprühflacon mit Mineralwasser befüllt werden und in den Mund gesprüht werden. Es gibt auch synthetisch hergestellten Speichelersatz, welcher in den Mundraum gesprüht werden kann. Bei Fragen, wenden Sie sich bitte an Ihre/n betreuende/n Pflegende/n.

Veränderungen und das Auftreten von Schmerzen sollten Sie sofort melden.

Eine gute Eigenbeobachtung hilft, Veränderungen frühzeitig zu erkennen:

Eine Stab- oder Taschenlampe, Watteträger und ein Mundspiegel können hierbei hilfreich sein.

... und hierauf sollten Sie achten:

» Lippen: *Trocken? Rissig?*

» Zunge: *Trocken? Belegt? Geschwollen?*

» Mundhöhle/Schleimhaut: *Trocken? Verschleimt? Beläge? Gerötet? Schmerzen?* Geschwollen? Blutig? Offene Stellen?

» Zähne: *Beläge? Schmerzen? Verfärbungen? Sonstige Veränderungen?*

» Zahnfleisch: *Parodontose? Blutung beim Zähneputzen?*

» Speichel: *Zu wenig? Zu viel? Fäden ziehend?*

» Schluckvorgang: *Ohne Probleme möglich?*

Was können Sie selbst noch tun?

Auch die Auswahl und Zubereitung der Nahrung kann die die Entstehung und die Verschlechterung einer Mundschleimhautentzündung beeinflussen.

Hier ein paar Tipps:

» Auf ausgewogene, eiweißreiche Ernährung achten

» Täglich mindestens 1,5 bis 2 Liter trinken

» Glatte, zuckerfreie Bonbons regen die Speichelproduktion an

» Meiden Sie Alkohol und Tabak, denn sie reizen die Schleimhaut

» Zu Heißes/Kaltes, Saures, Scharfes, Hartes, Knuspriges und grob Geschnittenes meiden, um Schmerzen und Verletzungen zu verhüten

» Nur frische Nahrung/Getränke konsumieren, um keine zusätzlichen Infektionen zu riskieren

» Bei bereits bestehenden Kau-, Schluck- oder sonstigen schmerzhaften Störungen flüssige/weiche/pürierte Kost essen

An wen können Sie sich wenden?

Bei Fragen oder Problemen wenden Sie sich bitte an Ihren Arzt oder das Pflegepersonal auf Ihrer Station.

Verfasst vom Onkologischen Pflegearbeitskreis, freigegeben vom
ärztlichen Direktor und der Pflegedienstleitung der Klinik für Innere Medizin I

Herausgeber: © Universitätsklinikum Freiburg | 2019
Redaktion: Department für Innere Medizin
Gestaltung: Medienzentrum | Universitätsklinikum Freiburg
Titelfoto: Britt-Schilling/Universtätsklinikum Freiburg

Telefonnummern der Stationen und Ambulanzen:

Bei **Fragen oder Problemen** wenden Sie sich bitte an die Ärzte oder Pflegenden auf Ihrer Station.

Die Telefonnummer Ihrer Station finden Sie in der nachfolgenden Auflistung.

Ambulanz und Tagesklinik:

- Telefonleitstelle der onkologischen Ambulanzen ..... (07 61) 270 - 35 555
- Tagesklinik allgemein ..... (07 61) 270 - 37 430
- Tagesklinik privat/Wahlleistung ..... (07 61) 270 - 37 410

Onkologische Stationen:

- Onkologische Patientenaufnahme und -leitstelle (OPAL) ..... (07 61) 270 - 33 000
- ITZ 2A/Löhr ..... (07 61) 270 - 34 960
- ITZ 2B/Thannhauser ..... (07 61) 270 - 34 960
- Station Benitia ..... (07 61) 270 - 31 270
- Station Schönheimer ..... (07 61) 270 - 73 670

Medizinische Klinik:

- Information Medizin ..... (07 61) 270 - 34 010

Universitäts-Notfallzentrum ..... (07 61) 270 - 33 333

WEITERE INFORMATIONEN ERHALTEN SIE

Universitätsklinikum Freiburg
Department für Innere Medizin
Klinik für Innere Medizin I
Klinik für Tumorbiologie
Hämatologie, Onkologie und Stammzelltransplantation
Ärztlicher Direktor: Prof. Dr. J. Duyster
Pflegedienstleiterin: M. Hasemann
Hugstetter Str. 55, 79106 Freiburg

www.uniklinik-freiburg.de/medizin1.html

STAND: Juli 2019