UNIVERSITÄTS KLINIKUM FREIBURG

PATIENTENINFORMATION

MUNDPFLEGEPLAN

während der Strahlentherapie

ONKOLOGISCHE PFLEGE

WIR FÜR DEN PATIENTEN

KLINIK FÜR STRAHLENHEILKUNDE
UNIVERSITÄTSKLINIKUM FREIBURG

www.uniklinik-freiburg.de/strahlenklinik.html

Klinik für Strahlenheilkunde

Sehr geehrte Patientin,
sehr geehrter Patient,

Frau/ Herr.....

Mit diesem Mundpflegeplan wollen wir Sie darin unterstützen, eine gute und regelmäßige Mundpflege während und nach Ihrer Strahlentherapie durchzuführen.

Diesen Mundpflegeplan sollen Sie vom ersten Tag der Therapie bis zum Abklingen der Beschwerden nutzen.

Schätzen Sie bitte täglich selbst Ihren Mundzustand durch eine Mundinspektion ein. Orientieren Sie sich hierbei an den Punkten aus der Mundpflegebroschüre.

Gehen Sie bitte nach folgendem Schema vor:

» Beginnen Sie am ersten Therapietag mit der Mundinspektion.

» Schätzen Sie jeden Morgen ungefähr zur selben Zeit Ihren Mundzustand mit Hilfe der Smiley-Skala ein.

» Der „traurigste“ Smiley bestimmt, welche Mundpflege Sie durchführen.

Hier zwei Beispiele:

Dieser Smiley bedeutet: Sie haben keine Beschwerden und fühlen sich nicht eingeschränkt. Hier müssten Sie die Maßnahmen der ersten Seite durchführen.

Dieser Smiley bedeutet Sie haben extrem starke Schmerzen oder fühlen sich extrem eingeschränkt. Hier müssten Sie die Maßnahmen der letzten Seite durchführen.

Allgemeine Hinweise

- Nachdem Sie die Mundpflege durchgeführt haben, sollten Sie 15 Minuten nichts essen und trinken.
- Wechseln Sie alle 4 Wochen Ihre Zahnbürste.
- Lassen Sie die Zahnbürste nach dem Putzen an der Luft trocknen.
- Fragen Sie das Pflegepersonal frühzeitig nach Schmerzmitteln, wenn Schmerzen auftreten, sodass Sie weiterhin normal Ihre Mundpflege durchführen und essen können.
- Führen Sie die Mundpflege auch noch etwa 2 Wochen nach Ende der Therapie weiter.

Es ist besser, Sie nehmen Schmerzmittel und können die Mundpflege weiterführen, als dass Sie aufgrund von Schmerzen mit der Mundpflege aufhören!

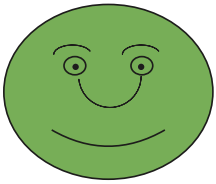
Wie stark waren Ihre MUND- UND RACHENSCHMERZEN in den letzten 24 STUNDEN? (kreisen Sie einen Smiley ein)

Keine Schmerzen	Ein wenig Schmerzen	Mäßige Schmerzen	Starke Schmerzen	Extreme Schmerzen

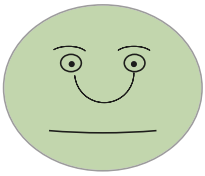
Wie stark schränkte Sie der MUND- UND RACHENSCHMERZ in den LETZTEN 24 STUNDEN bei den folgenden Tätigkeiten ein?

(kreisen Sie einen Smiley in jeder Zeile ein)

	Keine Einschränkungen	**Leichte** Einschränkungen	**Mäßige** Einschränkungen	**Starke** Einschränkungen	**Nicht** möglich
Schlucken					
Trinken					
Essen					
Sprechen					
Schlafen					



Was tun...	Wann...	Womit...
Mundinspektion	**1 x täglich**	Taschenlampe, Watteträger und Spiegel. Teilen Sie Auffälligkeiten und Schmerzen dem Pflegepersonal mit.
Spülen Sie den Mund nach dem Essen, um Speisereste zu entfernen	**Mindestens 10x täglich** Vor allem nach jeder Mahlzeit und immer wieder **zwischendurch**	Leitungswasser oder Mineralwasser, zusätzlich können Sie Adiamed verwenden
Putzen Sie Ihre Zähne mindestens 90 Sekunden	**Mindestens 2x täglich** nach dem Frühstück/ Abendessen	Weiche Zahnbürste mit milder Zahnpasta. (Bei Zahnfleischbluten Schwämmchen in Octenidol tunken und damit putzen)
Mundspülungen	**Mindestens 4x täglich**	Benzydamin-Mundspülung
Fluoridierung zum Schutz der Zähne	**1x abends** 10 Minuten	Zahnschutzschiene mit einem Streifen fluoridhaltiger Zahncreme (z.B. Elmex Gelee®). Danach nicht mehr spülen, nur ausspucken.
Zungenreinigung / Beläge	**Morgens** nach dem Aufstehen **Abends** vor dem Schlafengehen	Bürsten Sie mit der Zahnbürste oder einem Schwämmchen vorsichtig Zunge, Zahnfleisch und Beläge. Bei Bedarf Mund nochmal mit Wasser ausspülen.
Kiefergelenk beweglich halten	**3x täglich**	Mund 10x so weit öffnen wie möglich. 10x das untere Kiefergelenk kreisend in beide Richtungen bewegen



Was tun...	Wann...	Womit...
Mundinspektion	**1 x täglich**	Taschenlampe, Watteträger und Spiegel. Teilen Sie Auffälligkeiten und Schmerzen dem Pflegepersonal mit.
Spülen Sie den Mund nach dem Essen, um Speisereste zu entfernen	**Mindestens 10x täglich** Vor allem nach jeder Mahlzeit und immer wieder **zwischendurch**	Mit Leitungswasser oder Mineralwasser, zusätzlich können Sie Aldiamed verwenden
Putzen Sie Ihre Zähne mindestens 90 Sekunden	**Mindestens 2x täglich** nach dem Frühstück/ Abendessen	Weiche Zahnbürste mit milder Zahnpasta. (Bei Zahnfleischbluten Schwämmchen in Octenidol tunken und damit putzen)
Mundspülungen	**Mindestens 4x täglich**	Benzydamin-Mundspülung
Fluoridierung zum Schutz der Zähne	**1x abends** 10 Minuten	Zahnschutzschiene mit einem Streifen fluoridhaltiger Zahncreme (z.B. Elmex Gelee®). Danach nicht mehr spülen, nur ausspucken.
Zungenreinigung/ Beläge	**Morgens** nach dem Aufstehen **Abends** vor dem Schlafengehen	Bürsten Sie mit der Zahnbürste oder einem Schwämmchen vorsichtig Zunge, Zahnfleisch und Beläge. Bei Bedarf Mund nochmal mit Wasser ausspülen.
Kiefergelenk beweglich halten	**3x täglich**	Mund 10x so weit öffnen wie möglich. 10x das untere Kiefergelenk kreisend in beide Richtungen bewegen

Was tun...	Wann...	Womit...
Mundinspektion	**1 x täglich**	Taschenlampe, Watteträger und Spiegel. Teilen Sie Auffälligkeiten und Schmerzen dem Pflegepersonal mit.
Spülen Sie den Mund nach dem Essen, um Speisereste zu entfernen	**Mindestens 10x täglich** Vor allem nach jeder Mahlzeit und immer wieder **zwischendurch**	Leitungswasser oder Mineralwasser und Aldiamed
Putzen Sie Ihre Zähne mindestens 90 Sekunden	**Mindestens 2x täglich** nach dem Frühstück/ Abendessen Wenn möglich auch nach dem Mittagessen.	Weiche Zahnbürste mit milder Zahnpasta. (Bei Zahnfleischbluten Schwämmchen in Octenidol tunken und damit putzen)
Mundspülungen	**Mindestens 5x täglich**	Benzydamin-Mundspülung
Fluoridierung zum Schutz der Zähne	**1x abends** 10 Minuten	Zahnschutzschiene mit einem Streifen fluoridhaltiger Zahncreme (z.B. Elmex Gelee®). Danach nicht mehr spülen, nur ausspucken.
Zungenreinigung/ Beläge	**Morgens** nach dem Aufstehen **Abends** vor dem Schlafengehen	Tunken Sie die Zahnbürste oder ein Schwämmchen vorsichtig in Octenidol und bürsten Sie vorsichtig Zunge, Zahnfleisch und Beläge. Bei Bedarf Mund nochmal mit Wasser ausspülen.
Kiefergelenk beweglich halten	**3x täglich**	Mund 10x so weit öffnen wie möglich. 10x das untere Kiefergelenk kreisend in beide Richtungen bewegen

Was tun...	Wann...	Womit...
Mundinspektion	**1 x täglich**	Taschenlampe, Watteträger und Spiegel. Teilen Sie Auffälligkeiten und Schmerzen dem Pflegepersonal mit.
Spülen Sie den Mund nach dem Essen, um Speisereste zu entfernen	**Mindestens 10x täglich** Vor allem nach jeder Mahlzeit und immer wieder **zwischendurch**	Leitungswasser oder Mineralwasser und Aldiamed
Putzen Sie Ihre Zähne mindestens 90 Sekunden	**Mindestens 2x täglich** nach dem Frühstück/ Abendessen Wenn möglich auch nach dem Mittagessen.	Weiche Zahnbürste mit milder Zahnpasta. (Bei Zahnfleischbluten Schwämmchen in Octenidol tunken und damit putzen)
Mundspülungen	**Mindestens 6x täglich**	Benzydamin-Mundspülung
Fluoridierung zum Schutz der Zähne	**1x abends** 10 Minuten	Zahnschutzschiene mit einem Streifen fluoridhaltiger Zahncreme (z.B. Elmex Gelee®). Danach nicht mehr spülen, nur ausspucken.
Zungenreinigung/ Beläge	**Morgens** nach dem Aufstehen **Abends** vor dem Schlafengehen	Tunken Sie die Zahnbürste oder ein Schwämmchen vorsichtig in Octenidol und bürsten Sie vorsichtig Zunge, Zahnfleisch und Beläge. Bei Bedarf Mund nochmal mit Wasser ausspülen.
Kiefergelenk beweglich halten	**3x täglich**	Mund 10x so weit öffnen wie möglich. 10x das untere Kiefergelenk kreisend in beide Richtungen bewegen

Was tun...	Wann...	Womit...
Mundinspektion	**1 x täglich**	Taschenlampe, Watteträger und Spiegel. Teilen Sie Auffälligkeiten und Schmerzen dem Pflegepersonal mit.
Spülen Sie den Mund nach dem Essen, um Speisereste zu entfernen	**Mindestens 10x täglich** Vor allem nach jeder Mahlzeit und immer wieder **zwischendurch**	Leitungswasser oder Mineralwasser und Aldiamed
Putzen Sie Ihre Zähne mindestens 90 Sekunden	**Mindestens 2x täglich** nach dem Frühstück/ Abendessen Wenn möglich auch nach dem Mittagessen.	Weiche Zahnbürste mit milder Zahnpasta. (Bei Zahnfleischbluten Schwämmchen in Octenidol tunken und damit putzen)
Mundspülungen	**6-8 x täglich**	Benzydamin-Mundspülung
Fluoridierung zum Schutz der Zähne	**1x abends** 10 Minuten	Zahnschutzschiene mit einem Streifen fluoridhaltiger Zahncreme (z.B. Elmex Gelee®). Danach nicht mehr spülen, nur ausspucken.
Zungenreinigung/ Beläge	**Morgens** nach dem Aufstehen **Abends** vor dem Schlafengehen Bei zu starken Schmerzen, nur Mundspülungen.	Tunken Sie die Zahnbürste oder ein Schwämmchen vorsichtig in Octenidol und bürsten Sie vorsichtig Zunge, Zahnfleisch und Beläge. Bei Bedarf Mund nochmal mit Wasser ausspülen.
Abtupfen	Tupfen Sie **nach jeder Mundpflege** alle offenen Stellen ab oder bitten Sie eine Pflegefachkraft, dies für Sie zu übernehmen.	Watteträger mit Octenisept
Kiefergelenk beweglich halten	**3x täglich**	Mund 10x so weit öffnen wie möglich. 10x das untere Kiefergelenk kreisend in beide Richtungen bewegen

Telefonnummern Stationen

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

Station Marie Curie 1: 0761 270 94100
Station Marie Curie 2: 0761 270 94150
Ambulanz: 0761 270 94620
Privatambulanz: 0761 270 94730
Station Wolf: 0761 270 39840
Notaufnahme:..... 0761 270 33333

Herausgeber: © Universitätsklinikum Freiburg | 2018
Redaktion: Klinik für Strahlenheilkunde; Angelehnt an: „Patienteninformation Mundpflegeplan medikamentöser Tumortherapie“ der Klinik für Innere Medizin
Gestaltung: Medienzentrum | Universitätsklinikum Freiburg
Titelfoto: © Markus Mainka - fotolia.com

WEITERE INFORMATIONEN ERHALTEN SIE

Universitätsklinikum Freiburg
Klinik für Strahlenheilkunde
Ärztliche Direktorin: Prof. Dr. med. Anca-L. Grosu
Pflegedienstleitung: M. Hasemann
Hugstetter Straße 55, 79106 Freiburg

www.uniklinik-freiburg.de/strahlenklinik.html

Stand November 2018