

A close-up photograph of a person's mouth, showing their lips and teeth. A purple toothbrush with pink bristles is being used to apply white toothpaste to the teeth. The background is a soft, out-of-focus skin tone.

PATIENTENINFORMATIONEN

Mundhygiene bei Chemo- therapie

spitalimmattal 

Sie haben eine Chemotherapie erhalten, welche die Mundschleimhaut schädigen kann.

Die Chemotherapie hat das Ziel, Tumorzellen zu zerstören. Leider werden durch sie auch gesunde Zellen mit schneller Zellteilung angegriffen, wie zum Beispiel die Zellen der Mundschleimhaut.

Die Mundschleimhaut ist eine mechanische Barriere, ein sogenannter Schutzmechanismus, gegen das Eindringen verschiedener Keime. Wird der Mechanismus gestört, kann es zu einer Entzündung kommen. Diese ist häufig mit Schmerzen beim Essen und Trinken verbunden.

Während einer Chemotherapie besteht ein erhöhtes Risiko für Infektionen, weil die weissen Blutkörperchen (Leukozyten) nur in einer niedrigeren Anzahl vorhanden sind. Es ist wichtig, dass Sie während dieser Zeit Ihre Mundschleimhaut besonders gut pflegen und grossen Wert auf die Mundpflege legen.

Bitte beachten Sie folgende Tipps, um das Risiko einer Mundschleimhautentzündung zu verringern:

- › Trinken Sie genügend (ideal 1,5–2 Liter täglich) um trockene Schleimhäute und spröde Lippen zu vermeiden.
- › Spülen Sie nach jeder Nahrungsaufnahme den Mund mit Wasser. Wiederholen Sie dies so oft Sie wollen. Verwenden Sie keine alkoholhaltigen Mundspüllösungen.
- › Putzen Sie mindestens drei Mal täglich und vor dem Schlafengehen Ihre Zähne.
- › Nehmen Sie eine weiche Handzahnbürste und ersetzen Sie diese alle vier Wochen. Falls Sie im Umgang mit einer elektrischen Zahn-/Schallzahnbürste geübt sind, dürfen Sie diese weiterhin benutzen.
- › Verwenden Sie eine milde, fluoridhaltige Zahnpasta.
- › Reinigen Sie Ihre Zunge mit einer weichen Zahnbürste oder einem Zungenreiniger.

- › Zahnprothesen müssen gut angepasst sein. Es sollten keine Druckstellen entstehen. Falls die Zahnprothese trotzdem drückt, sollten Sie diese nur zum Essen tragen.
- › Wenn Sie bis jetzt Zahnseide und / oder Zahnhölzchen benutzt haben, dürfen Sie diese sorgfältig weiter anwenden. Es darf jedoch nicht zu Zahnfleischbluten kommen.
- › Pflegen Sie Ihre Lippen und Mundwinkel mit Lippenpomade oder Bepanthen Nasensalbe. Die Lippen sollten nicht spröde und rissig werden.
- › Nehmen Sie ab und zu ein zuckerfreies Bonbon oder einen Kaugummi. Das regt den Speichelfluss an. Eine feuchte Mundschleimhaut ist weniger infektionsanfällig.
- › Meiden Sie heisse Speisen.
- › Essen Sie keine zu stark gewürzten und sauren Speisen.
- › Alkohol und Nikotinkonsum sind nicht förderlich für die Erhaltung einer gesunden Mundschleimhaut.

Nehmen Sie mit uns Kontakt auf, wenn plötzliche Schmerzen während dem Essen und Trinken auftreten oder Sie ein Brennen im Mund spüren.

Kontakt

Spital Limmattal
Sekretariat Onkologie
Urdorferstrasse 100
8952 Schlieren

Tel. +41 44 733 22 48
onkologie@spital-limmattal.ch

Spital Limmattal
Urdorferstrasse 100
CH-8952 Schlieren
spital-limmattal.ch

