

HANDLUNGSEMPFEHLUNGEN – bei Entzündungen der Schleimhäute im Kopf-/Halsbereich

Chemo- und Strahlentherapie können die Schleimhäute im Mund oder Rachen angreifen – dies hängt vor allem von der Art der Behandlung ab. Zudem erhöht sich das Risiko während der Behandlung, bei:

- unzureichender Mundhygiene
- wenig oder fehlendem Speichel
- Nikotin/Alkohol, v.a. hochprozentig

ALLGEMEINE EMPFEHLUNG ZUR VORBEUGUNG

Teilen Sie uns Veränderungen bitte unbedingt mit!

- Besteht Mundtrockenheit?
- Besteht erhöhter oder verminderter Speichelfluss?
- Haben Sie Geschmacksveränderungen?
- Haben Sie Blutungen beobachtet?
- Verändert sich die Stimme? Häufiges Räuspern?
- Haben Sie Schluckbeschwerden?

- Achten Sie auf eine gute Mundpflege/-hygiene!
- Verwenden Sie eine weiche Zahnbürste.
- Regelmäßige Mundspülungen mit kohlensäurehaltigem Mineralwasser, Kochsalzlösungen (etwa 1 geh. TL Kochsalz (9 g) auf 1 L Wasser) oder bei Bedarf auch Salbeitee.
- Halten Sie die Mundschleimhaut feucht – z.B. zuckerfreies Kaugummi kauen.
- Bestimmte Nahrungsmittel können die Schleimhäute schädigen – Vermeiden Sie scharfe, sehr heiße oder scharfkantige Speisen, Alkohol und säurehaltige Lebensmittel.
- Rauchen kann eine Schleimhautentzündung begünstigen.

ALLGEMEINE EMPFEHLUNG ZUR LINDERUNG

- Verwenden Sie ggf. mentholfreie Zahnpasta und Mundwasser ohne Alkohol.
- Lutschen Sie Eiswürfel oder gefrorene Ananasstückchen – die Kälte kann eine leichte Schmerzlinderung bewirken.
- Saure, bittere, scharfe und heiße Speisen können Schmerzen verursachen.
- Bevorzugen Sie kalorienreiche, weiche, pürierte oder passierte Speisen mit hohem Eiweißgehalt – z.B. Puddings, Eiscreme, Milchshakes.
- Schmerzstillende Lösungen oder Gels können vor dem Essen angewendet werden – sprechen Sie Ihren Arzt oder eine Pflegekraft an. (z.B. Dynexan® Mundgel, Kamistad® Gel, Lutschtabletten, MaLi Saft® - wird in der Apotheke angemischt)
- Intensivierung der Mundspülungen, auch Mundspülung mit Bepanthen® Lösung – ggf. Anreicherung der Spüllösung mit Lokalanästhetika.

Bei Fragen und Problemen können Sie mit der Pflegeberatungsambulanz Kontakt aufnehmen.

Helios Klinikum Hildesheim
ONKOLOGISCHE PFLEGEBERATUNG IM ONKOLOGISCHEN ZENTRUM

JULIANE KIRCHMANN

Fachkraft für onkologische Pflege
Station B 1.1 – Ebene 1 – Raum 1.237
Senator-Braun-Allee 33, 31135 Hildesheim
Telefon: 05121 – 894 5166
juliane.kirchmann@helios-gesundheit.de