

# Patienteninformation bei oraler Mukositis/ Mundschleimhautentzündung

---

## Was ist eine orale Mukositis?

Als orale Mukositis bezeichnet man eine Entzündung der Mundschleimhaut. Schleimhäute sind sich schnell teilende Zellen und reagieren daher besonders empfindlich auf Chemotherapie und/oder Bestrahlungen.

### Einteilung der WHO:

**Grad 0:** keine Nebenwirkungen

**Grad 1:** Wund sein, Rötung

**Grad 2:** Rötung, Ulzeration, Einnahme von festen Speisen möglich

**Grad 3:** Ulzerationen, nur Einnahme von Flüssigkeiten möglich

**Grad 4:** Essen und Trinken nicht möglich

## Folgende Symptome können zusätzlich auftreten:

- Offene Wunden
- Schmerzen
- Gerötete und geschwollene Mundschleimhaut
- Beläge
- Mundtrockenheit
- Entzündungen mit Wundgefühl
- Zahnfleischbluten
- Erschwerte Nahrungsaufnahme/ Schluckstörungen
- Geschmacksstörungen



## Was Sie vorbeugend tun können:

- Regelmäßige Mundspülung min. nach jeder Mahlzeit mit Kochsalzlösung 1 TL Salz in 250ml warmes Wasser
- Zahnpflege mit weicher Zahnbürste  
Zahnezwischenräume mit Zahnseide und/oder Interdentalbürsten reinigen
- Zunge von hinten nach vorne mit weicher Zahnbürste reinigen
- Regelmäßige Lippenpflege
- Zahnprothesen regelmäßig entfernen und reinigen
- Vermeidung von Noxen (Alkohol- oder zuckerhaltige Lösungen, Tabak, scharfe und heiße Speisen, säurehaltige Lebensmittel)
- 30 Minuten Eiswürfel lutschen wenn sie als Chemotherapie 5-Fluorouracil als Spritze erhalten

## Was Sie bei Beschwerden tun können:

- Mehrfach den Mund spülen je nach Bedarf bis zu 1x stündlich, Mund sollte feucht gehalten werden
- Evtl. die Mundspüllösung wechseln
- 30 Tropfen Sanddornfruchtfläschöl in 30 ml Wasser geben und stark schütteln, mit der entstandenen Lösung 3-5x tgl. spülen
- Mundspülung mit Aloe Vera Saft (im Kühlschrank lagern)
- Trinkmenge erhöhen
- Bei Blutungen Zähneputzen und Zahnzwischenräume reinigen für eine Weile unterlassen, hier bietet sich das Lutschen von Xylit zur Reduktion der Plaque Bildung
- Speisen anpassen (weiche oder flüssige Nahrungsmittel, gut tun auch Eiswürfel aus Tee oder säurearmen Saft)
- Schmerzmittel einnehmen (besprechen Sie dieses mit Ihrem Arzt)
- Rauchen und Alkohol vermeiden
- Scharfe, säurehaltige und sehr heiße Speisen und Getränke vermeiden
- Zahnprothesen möglichst nur kurz tragen

**Quellen:** Theresa Wagner, Mit Sanddornfruchtfläschöl gegen orale Mukositis, Pflege Zeitschrift, 12.2021, S. 29-31 Norbert Schleucher, A. K.-K. (20. Dezember 2023) // Vademecum - Haematologie und Onkologie . Von <https://nebenwirkungen.onkovademecum.de/#2.5> abgerufen // Beisel C et al (2017) Mukositis. Onkologische Pflege 7(2), 19-24

**Autor:** Ramona Meißner /NWTZ

