



# Chemotherapie II

Während einer Chemotherapie kann es zu Veränderungen im Mundbereich kommen. Entzündungen und Zahnfleischbluten können die Folge sein. Mindestens jede dritte Patientin bzw. jeder dritte Patient ist davon betroffen. Je nach Art der Chemotherapie können die Beschwerden leichter oder stärker ausgeprägt sein. Wir möchten Sie über die Ursachen und mögliche Auswirkungen informieren. Außerdem geben wir Ihnen Tipps für den Alltag, um Beschwerden vorzubeugen oder zu lindern.

## In diesem Faltblatt beantworten wir Ihnen folgende Fragen:

- › Was verändert sich im Mund durch die Chemotherapie?
- › Wie wirken sich die Veränderungen aus?
- › Wie kann ich Beschwerden vorbeugen?
- › Was kann ich bei Beschwerden tun?
- › Wann wende ich mich an mein Behandlungsteam?

## Was verändert sich durch die Chemotherapie?

Die Chemotherapie soll verhindern, dass Tumorzellen weiter wachsen. Die Therapie hat aber nicht nur eine Wirkung auf kranke Zellen. Sie verhindert auch, dass sich gesunde Zellen erneuern. Vor allem Haare, Nägel, Blutzellen und Schleimhäute, z. B. in Mund, Magen und Darm, sind betroffen.

Durch die Chemotherapie verringert sich die Zahl der weißen Blutkörperchen (Leukozyten). Sie sind für die Abwehr von Krankheitserregern zuständig. Wenn man zu wenige weiße Blutkörperchen hat, ist man besonders anfällig für Entzündungen – auch im Mund.

Auch kann die Zahl der Blutplättchen (Thrombozyten) nach der Therapie abfallen. Dann neigt man vermehrt zu Blutungen, wie z. B. Zahnfleischbluten.

Die Mundschleimhaut wird durch die Therapie dünn und empfindlich, es kann zu wunden Stellen im Mund kommen. Sie können sich dann leicht verletzen, z. B. beim Zähneputzen, wenn Sie eine schlecht sitzende Prothese haben oder etwas Scharfkantiges essen. Erste Veränderungen im Mund treten meist ein paar Tage nach Beginn der Chemotherapie auf. Sie heilen in der Regel nach zwei bis drei Wochen wieder ab.

## Wie wirken sich die Veränderungen aus?

Die Veränderungen können sehr verschieden sein. So hat z. B. die Art der Medikamente Einfluss darauf, wie schwer die Auswirkungen sind. Auch reagiert jeder Patient anders auf die Therapie. Fragen Sie Ihren Arzt oder Ihr Pflorgeteam, womit Sie bei Ihrer Chemotherapie rechnen müssen.

Bekannte Beschwerden sind:

- › veränderter Geschmack
- › trockener Mund
- › aufgesprungene Lippen, Bläschen
- › weiße Beläge auf der Zunge
- › Wunde oder offene Stellen
- › starke Rötung
- › geschwollenes Zahnfleisch
- › Zahnfleischbluten
- › Kratzen im Hals, heisere Stimme
- › Schluckbeschwerden
- › Schmerzen
- › Fieber – als Folge einer Entzündung
- › Gewichtsverlust – als Folge verringerter Nahrungsaufnahme

Schauen Sie jeden Tag in Ihren Mund, um Veränderungen frühzeitig festzustellen. Sie brauchen dazu einen Spiegel und gutes Licht. Eine Zahnprothese sollte vorher herausgenommen werden. Teilen Sie uns bitte alle Veränderungen mit.

## Wie kann ich Beschwerden vorbeugen?

Es ist nicht immer möglich, Beschwerden zu vermeiden. Aber Sie können einiges tun um diese so gering wie möglich zu halten:

### Nach jedem Essen Zähne putzen

Putzen Sie sanft mit einer weichen Zahnbürste und einer milden Zahncreme. Wenn Sie eine Zahnprothese haben, sollten Sie auch diese gründlich reinigen. Lassen Sie Ihre Zahnbürste an der Luft trocknen. Wechseln Sie diese mindestens einmal im Monat.

### Mehrmals am Tag gründlich gurgeln

Gurgeln Sie in Mund und Rachen. Geeignet sind Wasser, Sprudelwasser, warmes Salzwasser (1 Teelöffel Salz auf 1 Liter Wasser) oder Tee (z. B. Kamille, Salbei). Nehmen Sie das, womit Sie gut zurechtkommen.

### Lippen geschmeidig halten

Benutzen Sie eine Lippencreme. Fettstifte sind aus hygienischen Gründen ungeeignet.

### Ausreichend trinken

Trinken Sie mindestens 1,5 bis 2 Liter Flüssigkeit pro Tag, um den Mund feucht zu halten.

### Schleimhautreizende Substanzen meiden

Nicht zu empfehlen sind:

- › alkoholhaltige Mundwasser, z. B. aus der Drogerie, da sie den Mund austrocknen
- › saure, scharfe, scharfkantige, heiße oder harte Speisen sowie Nikotin und Alkohol.

Das Rauchen aufzugeben, kann eine Herausforderung sein. Wir unterstützen Sie dabei mit individuellen Hilfsangeboten.