



# Nebenwirkungsmerkblatt

© AMBORA

## Schleimhautentzündung (Mukositis)

Bei der Einnahme Ihres oralen Tumormedikaments können Entzündungen der Mundschleimhaut als Nebenwirkung auftreten.

Im Folgenden haben wir einige Informationen und Tipps zusammengestellt, um Schleimhautentzündungen vorzubeugen und die Ihnen helfen können, wenn die Nebenwirkung auftritt.

Bitte informieren Sie uns, wenn Sie mit den Vorgaben nicht zurechtkommen oder wenn Sie Fragen haben.



## Wie kommt es zu der Nebenwirkung und wie erkenne ich sie?

Durch Chemo- und Strahlentherapien kann es zu einer Schädigung der sich schnell teilenden Schleimhautzellen im Magen-Darm-Trakt (sog. Mukositis) kommen. Auch bei einigen oralen Tumormedikamenten kann diese Nebenwirkung auftreten. Häufig ist die Mundschleimhaut betroffen. Man spricht dann von Stomatitis. Es kann zu **Rötungen, offenen Stellen und Schmerzen im Mundbereich** kommen. Zusätzlich dazu können **Mundtrockenheit** und Pilzerkrankungen im Mund auftreten.

## Was kann ich tun, um der Nebenwirkung vorzubeugen?

Möglichst schon vor Beginn der Therapie sollte ein Zahnarzt / eine Zahnärztin die Zähne untersuchen und eventuelle Bakterienherde bzw. Druckstellen von Prothesen beseitigen. Eine **gute Mund- und Zahnpflege** ist die beste Möglichkeit, dem Entstehen einer Mundschleimhautentzündung vorzubeugen. Dazu zählen neben Zähneputzen und vorsichtiger Reinigung der Zahnzwischenräume auch regelmäßige Mundspülungen.

### Folgende Dinge können helfen, die Mundschleimhaut zu schützen und beugen einer Entzündung vor:

- Führen Sie häufige **Mundspülungen** durch, mindestens nach jeder Mahlzeit und vor dem Zubettgehen. Falls Ihnen keine spezielle Lösung verordnet wurde, können Sie auch mit Wasser oder isotonischer (0,9%iger) Kochsalzlösung spülen. Falls Sie eine handelsübliche Mundspüllösung verwenden, sollten Sie darauf achten, dass diese keinen Alkohol enthält!
- Verwendung einer weichen **Zahnbürste** (monatlich wechseln).
- Verwenden einer milden, fluoridhaltigen **Zahnpasta**.
- Tägliche Mundinspektion (dabei besonders auf rote/weiße Belege, Entzündungen, Zahnfleischbluten achten).
- Reizende Speisen oder Getränke, Alkohol und Rauchen vermeiden.

## Was kann ich tun, wenn die Nebenwirkung auftritt?

Wenn Sie Rötungen oder Belege der Mundschleimhaut feststellen, sollten Sie die Mundpflege auf jeden Fall weiterhin durchführen und die **Mundspülungen intensivieren** (4- bis 6-mal täglich für je ca. 30 - 60 Sekunden mit mindestens 15 ml, das entspricht etwa einem Esslöffel).

### Folgende Tipps können helfen, die Mukositis zu lindern:

- Zum Essen in kleinen Schlucken trinken, um die Nahrung anzufeuchten.
- Lieber **mehrere kleine Mahlzeiten** über den Tag verteilt als wenige große Mahlzeiten.
- **Weiche und flüssige Kost** bevorzugen (z.B. pürierte Kost, Suppen, Brei, ggf. Babygläschen).
- Trockene Speisen mit **Öl und Soßen** anreichern („rutscht“ besser).
- Evtl. vorübergehend auf hochkalorische **Trinknahrung** ausweichen.
- **Eiswürfel lutschen** (Wichtig: auf runde Form achten, um Verletzungen durch scharfe Kanten zu vermeiden, evtl. kurz unter heißes Wasser halten). Anstelle von Wasser können auch Ananas-Saft oder Ananas-Stücke eingefroren werden – dieser wirken anti-entzündlich.



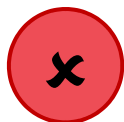
Alle genannten Tipps helfen Ihnen auch gegen **Mundtrockenheit**. Eine weitere Möglichkeit ist künstlicher Speichel aus der Apotheke (z.B. Saliva natura® Spray, aldiamed® Spray / Gel, Glandosane® Spray).

**Einige Präparate kann Ihnen Ihr Arzt / Ihre Ärztin auch auf Rezept verordnen.**

## Was sollte ich lieber vermeiden, wenn die Nebenwirkung auftritt?

**Folgende Lebensmittel sollten Sie vermeiden, da sie die Mukositis verschlimmern können:**

**Reizende Speisen und Getränke** wie z.B.:



- Sehr heiße Speisen und Getränke
- Harte, kantige, bröselige Speisen
- Alkoholhaltige oder zuckerhaltige Getränke
- Stark gewürzte oder sehr salzige Speisen
- Sehr säurehaltige Lebensmittel wie z.B. Essig, Tomaten, Zitrusfrüchte, Fruchtsäfte, Früchtetees

## Welche Medikamente können eingesetzt werden?



- Panthenol® Lutschtabletten oder Bepanthen® Lösung können die Regeneration der Mundschleimhaut fördern und spenden Feuchtigkeit.
- Es gibt verschiedene spezielle Mundspüllösungen, die aber teilweise sehr teuer und nicht in jedem Fall geeignet sind. Sprechen Sie mit Ihrem Behandlungsteam, ob eine solche Lösung für Sie in Frage kommt.
- Um einer Pilzinfektion vorzubeugen, hat Ihnen Ihr Arzt / Ihre Ärztin evtl. Lutschtabletten oder eine Lösung (z.B. Ampho-Moronal®) verschrieben. Falls ja, wenden Sie diese bitte wie verordnet an!
- Bei Schmerzen kann Ihnen Ihr Arzt / Ihre Ärztin Präparate mit Lokalanästhetika oder Schmerzmitteln verordnen.

## Wann muss ich meinen Arzt / meine Ärztin kontaktieren?



- Wenn Sie weiße Flecken im Mund oder Rachen beobachten. Es könnte sich um eine Pilzinfektion handeln, die behandelt werden muss.
- Wenn Sie Schmerzen haben. Ihr Arzt / Ihre Ärztin kann Ihnen Schmerzmittel verordnen.
- Wenn Sie nicht mehr genügend essen können. Ihr Arzt / Ihre Ärztin kann Ihnen z.B. Trinknahrung verordnen.

## Wen kann ich bei Fragen anrufen?

## Notizen

### Bei Fragen oder sonstigen Schwierigkeiten

Kontakt Behandlungsteam:

---

---

---

### Bei akuten Problemen

Kontakt außerhalb der Sprechzeiten:

**Bei lebensbedrohlichen Notfällen: 112**

Dieses Merkblatt wurde für Sie erstellt von:

**A M B O R A AMTS-Kompetenz- und Beratungszentrum orale Tumorthérapie**

Trotz sorgfältiger Prüfung wird keine Gewährleistung für Richtigkeit, Aktualität und Vollständigkeit der Angaben und keinerlei Haftung für eventuelle Fehler noch für Schäden übernommen.

© Sämtliche Rechte (z. B. Urheber- und Leistungsschutzrechte) dieses Merkblattes liegen bei der Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg (FAU) und beim Universitätsklinikum Erlangen (UKER).

**Nebenwirkungsmerkblatt Mukositis, Version:** 2022-01, **Stand:** 18.03.2022

**Bildquellen:** <https://pixabay.com> (Johnoaz)

**Textquellen:** Leitlinienprogramm Onkologie (Deutsche Krebsgesellschaft, Deutsche Krebshilfe, AWMF): Patientenleitlinie Supportive Therapie, Stand 02/2018; Stiftung Deutsche Krebshilfe: Die blauen Ratgeber - Ernährung bei Krebs, 01/2020; Krebsgesellschaft Nordrhein-Westfalen e.V., Zugriff am 18.03.2022 über: <https://www.komplementaermethoden.de/schleimhautentz%C3%BCndung>

gefördert durch



**Deutsche Krebshilfe**  
HELLEN. FORSCHEN. INFORMIEREN.