

# Mund- & Zahnpflege kompetent beraten

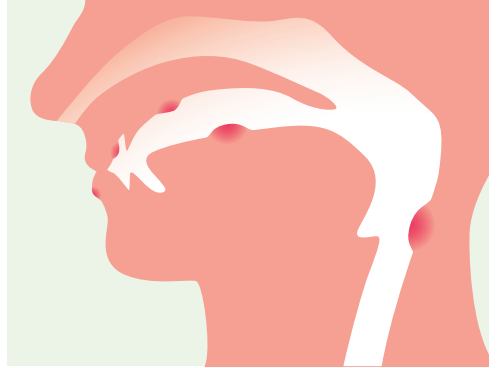
## Tipps der Dentalhygienikerin

Ausgabe 6: Krebs

### Krebserkrankungen in der Mundhöhle

Bösartige Tumoren in der Mundhöhle sind im Zunehmen begriffen und machen ungefähr 3% aller Krebserkrankungen aus. Als Risikofaktoren gelten Tabakkonsum jeglicher Art sowie regelmässiger Konsum von Alkohol, speziell in hochprozentiger Form. Neuere Untersuchungen belegen, dass gewisse virale Infektionen (Humane Papillomaviren) die Entstehung von Mundhöhlenkrebs begünstigen können.

Krebserkrankungen in der Mundhöhle können durch eine Farbveränderung, durch eine Geschwulst oder durch eine wunde Stelle in Erscheinung treten. Ebenso können Schmerzen, Mundgeruch oder eine nicht mehr passende Gebissprothese ein Hinweis sein.



### Spätestens nach 2 Wochen zum Zahnarzt

Wird bei einer Mundschleimhautveränderung eine harmlose Ursache wie zum Beispiel eine Verbrennung, eine Verletzung oder eine Aphthe vermutet, kann die Stelle mit einer speziellen Salbe behandelt werden. Zu bevorzugen sind Salben, welche gut an der Mundschleimhaut haften und wundheilungsfördernd sowie schmerzlindernd wirken. Die Behandlung soll maximal während zwei Wochen durchgeführt werden. Tritt danach keine Besserung ein, muss zwingend eine zahnärztliche Untersuchung erfolgen.

### Früherkennung ist entscheidend

Nur wenige der zahlreichen Mundschleimhautveränderungen sind Krebserkrankungen. Diese müssen aber so früh wie möglich als solche erkannt und behandelt werden. Zur Früherkennung ist eine routinemässige Untersuchung der gesamten Mundschleimhaut (inklusive Lippen, Mundboden, Zunge, Gaumen und soweit wie möglich Rachenbereich) durch die Dentalhygienikerin/den Dentalhygieniker oder die Zahnärztin/den Zahnarzt von grosser Wichtigkeit.

### Allgemeines über Mundschleimhautveränderungen

Es gibt eine grosse Anzahl unterschiedlicher Mundschleimhautveränderungen. Dazu gehören **Infektionen** (bakterielle, virale, mykotische), **Prothesendruckstellen**, **Aphthen**, **Verletzungen**, **gut- und bösartige Tumoren** sowie viele andere.

Zahlreiche dieser Veränderungen sehen ähnlich aus, weshalb eine fachärztliche Abklärung dringend empfohlen wird.

# Krebstherapie: Nebenwirkungen in der Mundhöhle

**Chemotherapien** sowie **im Kopf-Hals-Bereich durchgeführte Radiotherapien** können Nebenwirkungen in der Mundhöhle verursachen. Eine häufige Nebenwirkung ist die **Mukositis** (Mundschleimhautentzündung). Ausserdem wird die **Speichelbildung oft stark reduziert**.

## Folgen bezüglich Mundschleimhaut

Der natürliche Schutz für die ohnehin entzündete Mundschleimhaut fehlt. Sie ist trocken, schmerzt und ist anfällig für Verletzungen und Infektionen.

## Folgen bezüglich Zähne

Durch die geringe Speichelbildung sind auch die Zähne ungeschützt. Karies und Erosionen können inert weniger Wochen entstehen. Speziell gefährdet sind freiliegende Zahnhälse (Wurzelkaries).

## Osteonekrose

Eine seltene Komplikation ist die Osteonekrose (Absterben von Knochenbereichen) des Kieferknochens, welche durch eine Radiotherapie oder durch antiresorptive Medikamente ausgelöst werden kann.

## Empfohlene Massnahmen

### Mundhygiene

- *Zähne 2- bis 3-mal täglich mit einer geschmacklich milden, SLS-freien, fluoridhaltigen Zahnpaste (evtl. „Junior“-Produkte) und einer sehr weichen Zahnbürste putzen.*
- *Tägliche Zwischenraumreinigung mit angepassten Mundhygienehilfsmitteln durchführen.*
- *Mehrmals täglich geschmacklich milde, fluoridhaltige Spülung (evtl. „Junior“-Produkte) anwenden.*
- *Nach allfälligem Erbrechen Mund gut mit Wasser spülen und anschliessend eine geschmacklich milde, fluoridhaltige Spülung (s. oben) anwenden.*
- *Lippenpflege mit einer gut fettenden Salbe durchführen.*
- *Bei Schleimhautläsionen Calendula-Tinktur auftragen (Verdünnung gemäss Packungsbeilage).*
- *Bei Mundwinkelrhagaden pflegende und desinfizierende Wundsalbe anwenden.*

### Ernährung

- *Als Getränk eignet sich Wasser am besten. 1.5 bis 2 Liter pro Tag sind ideal.*
- *Auf zucker- und säurehaltige Speisen soll wegen des hohen Karies- und Erosionsrisikos verzichtet werden.*
- *Harte Nahrung wie gut gebackenes Brot, Zwieback und Ähnliches soll wegen der Verletzungsgefahr der Mundschleimhaut gemieden werden.*

## Betroffene sollen vor Beginn und während einer Krebstherapie von einer Dentalhygienikerin/einem Dentalhygieniker betreut werden.

Denn durch eine gute Mundhygiene und individuell stetig angepasste Massnahmen können die Folgen der Nebenwirkungen weitgehend unter Kontrolle gebracht werden. Um Folgeprobleme während der Krebstherapie möglichst zu verhindern, muss auch abgeklärt werden, ob vor der Krebstherapie zahnärztliche Behandlungen notwendig sind. Diese Untersuchung ist Voraussetzung, damit die Krankenkasse zahnärztliche Kosten unvermeidlicher Folgen übernimmt (<https://shop.krebsliga.ch>, Suchbegriff „Zahnarzt“). Leider können die Nebenwirkungen nicht verhindert werden. Die genannten Massnahmen helfen aber Beschwerden zu lindern und selbst unter erschwerten Umständen Mundgesundheit und somit eine bessere Lebensqualität zu erhalten.

Ein Projekt von

**Swiss Dental Hygienists**

Mit freundlicher Unterstützung von

**Pierre Fabre  
ORAL CARE**