Tipps

Ernährungsberatung

Wenn Sie Gewicht verlieren oder Schwierigkeiten beim Essen haben, kann Ihnen eine Ernährungsberaterin / ein Ernährungsberater weitere Informationen geben. Ihr Behandlungsteam unterstützt Sie bei der Organisation einer Ernährungsberatung.

Zahngesundheit

In der Dentalhygiene können Sie Fragen zur täglichen und allgemeinen Zahnhygiene klären.

Besondere Aufmerksamkeit ist bei einer Strahlentherapie im Hals-, Nasen- und Ohrenbereich oder am Kopf notwendig. Besprechen Sie mit Ihrer Ärztin / Ihrem Arzt, ob vor der Therapie eine zahnärztliche Kontrolle notwendig ist.

Weitere Informationen zu diesem Thema

- «Medikamente gegen Krebs», Krebsliga Schweiz
- «Ernährung bei Krebs», Krebsliga Schweiz

Diese Broschüre wurde in Zusammenarbeit mit Patient/innen und Expert/innen erstellt. Weitere Informationen finden Sie auf der Website.

VFSM / Symptom Navi Programm © 2025

Entzündete Mundschleimhaut (orale Mukositis)

Gut zu wissen

Durch die Tumortherapie können sich die Schleimhäute im Mund und in der Speiseröhre vorübergehend entzünden.

Die Entzündung zeigt sich durch einen trockenen Mund, spröde Lippen, Brennen, Schmerzen, offene Stellen, stark gerötete Schleimhaut und Beläge auf der Zunge. Bei einer Rachen- oder Speiseröhrenentzündung können zusätzlich Schluckbeschwerden das Essen und Trinken beeinträchtigen.

Eine sorgfältige tägliche Pflege der Zähne und der Mundschleimhaut ist während der Therapiezeit wichtig, um Infektionen zu vermeiden.

Achten Sie auf kleine Veränderungen und Schmerzen im Mundraum und melden Sie diese dem Behandlungsteam.

Entzündete Mundschleimhaut (orale Mukositis)

Sie fühlen sich...	Oder Sie stellen fest...	Was Sie selbst für sich tun können...
	• Keine Veränderung der Mundschleimhaut	• Trinken oder spülen Sie regelmässig (mindestens viermal pro Tag) den Mund mit Wasser oder ungesüssten Getränken. Wenige und kleine Schlucke aufs Mal genügen oft. • Putzen Sie Ihre Zähne 2-mal täglich während mindestens 90 Sekunden mit einer weichen Zahnbürste. • Reinigen Sie die Zahnzwischenräume vorsichtig mit Zahnseide oder mit speziellen kleinen Bürsten, ausser Ihr Behandlungsteam empfiehlt Ihnen dies nicht zu tun.

	• Mundtrockenheit, ständiger Durst
	• Leichtes Brennen oder Schmerzen im Mund
	• Veränderung des Geschmackssinns
	• Leicht gerötete Schleimhäute im Mundbereich
	• Essen und Trinken ist ohne Einschränkungen möglich
		• Spülen Sie 4-mal täglich für 30 Sekunden den Mund:
		  ◦ mit Leitungswasser oder
		  ◦ mit 100 ml Wasser, das eine Messerspitze Salz enthält oder
		  ◦ mit 100 ml Wasser, das eine Messerspitze Natron enthält.
		• Verwenden Sie keine alkoholhaltigen Mundpflegemittel zum Spülen, da sie die Schleimhaut austrocknen.
		• Pflegen Sie Ihre Lippen.
		• Bevorzugen Sie weiche und raumtemperierte Speisen
		• Vermeiden Sie saure, scharfe, heisse oder harte Nahrungsmittel, welche die Schleimhaut reizen.
		• Verzichten Sie so weit wie möglich auf Alkohol und das Rauchen.

	• Schmerzen oder Symptome im gelben Bereich beeinträchtigen das Trinken, Essen oder Schlucken • Fieber ab 38 °C oder Schüttelfrost • Durchfall • Schwarzer oder roter Stuhlgang	• Nehmen Sie Kontakt mit dem Behandlungsteam auf.