



Information

Diese Beschreibung ersetzt nicht das Gespräch und die praktische Anleitung durch das Pflegepersonal.

Wenn trotz der hier beschriebenen Maßnahmen die Beschwerden zunehmen oder Sie Fragen haben, wenden Sie sich bitte an das Pflegepersonal oder an Ihre*n Arzt/Ärztin.



Kontakt

**Universitätsklinikum Freiburg
Onkologische Reha
in der Klinik für Tumorbiologie**

Ärztlicher Direktor
Dr. med. Timm Dauelsberg

Lehener Str. 86
79106 Freiburg im Breisgau

Telefon: 0761 / 270-71350
E-Mail: info@ukf-reha.de

www.ukf-reha.de

Stand bei Drucklegung
Herausgeber:
© Universitätsklinikum Freiburg | 2026
Redaktion: Onkologische Reha
Bilder: Britt Schilling, Freepik.com, Glayan - istockphoto.com
Gestaltung: Medienzentrum | Universitätsklinikum Freiburg



MUND- UND ZAHNHYGIENE

Behandlung und Pflege der Mund-
schleimhaut nach Chemotherapie
oder Bestrahlung

**Onkologische Reha
in der Klinik für Tumorbiologie**

PFLEGE

Entzündungen frühzeitig erkennen und behandeln:

Als Nebenwirkung einer Chemo- oder Bestrahlungstherapie kann eine Entzündung der Schleimhäute (Mukositis) auftreten. Eine Entzündung der Mundhöhle wird als Stomatitis bezeichnet.

Anzeichen einer Stomatitis treten erfahrungsgemäß sieben bis 14 Tage nach Beginn der Chemo- oder Strahlentherapie auf. Die Ausprägungen der Beschwerden können individuell sehr unterschiedlich sein. Dies hängt auch von der Art der Therapie ab, weshalb die hier aufgezeigten Empfehlungen auf jeden Fall für die individuelle Situation geprüft werden sollten.

Um den Beginn einer Stomatitis frühzeitig zu erkennen, kontrollieren Sie täglich Ihre Mundhöhle. Dazu benötigen Sie gutes Licht und einen Spiegel. Wenn Sie eine Zahnprothese tragen, nehmen Sie diese bitte vorher heraus.

ACHTEN SIE AUF FOLGENDE ANZEICHEN:

- rissige, trockene Lippen
- belegte Zunge
- trockene Mundschleimhäute
- offene Stellen
- (starke) Rötung
- weißliche Beläge in den Wangentaschen
- Bläschen
- Zahnfleischschwellungen
- Zahnfleischbluten
- pelziges Gefühl im Mundbereich
- Geschmacksveränderungen
- Heiserkeit oder Kratzen im Hals
- Klotzige Sprache
- Schmerzen und Brennen bei heißen, sauren oder scharfen Speisen und Getränken
- Schluckbeschwerden

Zur Vorbeugung und Behandlung empfehlen wir Ihnen die konsequente Durchführung folgender Maßnahmen:

- Putzen Sie nach jeder Mahlzeit Ihre Zähne mit einer weichen Zahnbürste oder reinigen Sie Ihre Zahnprothese sorgfältig
- Benutzen Sie eine milde, fluoridhaltige Zahncreme
- Spülen oder gurgeln Sie nach jeder Mahlzeit und zur Nacht, z.B. mit Wasser, Olivenöl, Salzwasser (1 Teelöffel Salz auf 1 Liter Wasser) oder Salbeitee, um den Mund feucht zu halten (Vermeiden Sie alkoholhaltiges Mundwasser)
- Bei eingetretener Entzündung sollten Sie mind. sechs mal täglich spülen; ca. 30 Sekunden pro Schluck
- Pflegen Sie Ihre Lippen mit einer Lippencreme aus der Tube, z.B. Panthenolsalbe (aus hygienischen Gründen sind Fettstifte ungeeignet)
- Zur Vorbeugung von Zahnkaries eignet sich grüner Tee als Mundspülung
- Nehmen Sie pro Tag etwa 1,5 – 2 Liter Flüssigkeit zu sich (besonders wichtig, wenn die Speicheldrüse geschädigt ist)
- Zuckerfreie Bonbons oder Kaugummis regen den Speichelfluss an; Weingummi sind bei geschädigter Schleimhaut empfehlenswert
- Vermeiden Sie Stoffe, welche die Schleimhaut reizen (Nikotin, Alkohol, heiße, scharfe oder saure Speisen und Getränke)



Zur Linderung von Beschwerden empfehlen wir ergänzend:

- Kühle Getränke und Speisen
- Lutschen von Eiswürfeln (wenn Sie diese aus Tee oder Saft herstellen wollen, beachten Sie die Säure des Getränks)
- Myrrhe-Tinktur bei Druckstellen im Mund
- Eibischtee zur Reizlinderung

