

Patienten-Merkblatt

Strahlentherapie im HNO-Bereich

Helios Universitätsklinikum Wuppertal

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

während der Strahlentherapie im Kopf-Hals-Bereich kann es trotz verbesserter Techniken (IMRT u.a.) zu Nebenwirkungen kommen. Diese Begleiterscheinungen können teilweise unangenehm und schmerzhaft werden und in schweren Fällen (selten) zu einer Unterbrechung oder (noch seltener) vorzeitigen Beendigung der Therapie führen. Die **Mundhygiene** spielt hier eine sehr wichtige Rolle.

Mögliche Nebenwirkungen / Begleiterscheinungen einer Strahlentherapie

Die Nebenwirkungen treten dort auf, wo bestrahlt werden muss, wie im Rachen, am Gaumen, Wange, Zunge, Zähne, Zahnfleisch, Speicheldrüsen und/oder Kieferknochen. Zusätzlich kann der Geschmack verändert oder vorübergehend deutlich reduziert sein.

Es kann zu entzündlichen Rötungen, Schwellung und Brennen im Mund/Hals kommen. Diese Veränderungen können zu einer Behinderung oder Schmerzen beim Sprechen, Kauen, Schlucken und zu Infektionen mit Bakterien und Pilzen führen.

Die aufgeführten Folgen **müssen nicht**, beziehungsweise nicht alle bei Ihnen auftreten. Sie können selbst sehr dazu beitragen, dass die Beschwerden möglichst wenig ausgeprägt sind. Die meisten dieser Probleme kann man sehen und fühlen.

Viele Probleme, wie z.B. Schluckschmerzen bilden sich nach der Bestrahlung von selbst wieder zurück. Andere, wie Geschmacksveränderungen oder verringerte Speichelbildung können länger oder (in abgeschwächter Form) auch dauerhaft bestehen bleiben.

Ratschläge, die Sie beachten sollten:

- Trinken Sie ausreichend Flüssigkeit, mindestens 2–2,5 Liter am Tag
- Trinken Sie vorzugsweise Mineralwasser oder Tee
- Vermeiden Sie Fruchtsäfte, da diese die Schleimhaut im Mund/Rachen reizen können
- Meiden Sie heiße, säurehaltige und scharfe Speisen
- Bevorzugen Sie weiche Nahrung
- Meiden Sie Nikotin (Verschlechterung der Strahlenwirkung, Erhöhung der Nebenwirkungen!) und Alkohol (insbesondere hochprozentigen)
- **Kontrollieren Sie Ihr Gewicht zweimal pro Woche** und melden uns bitte Gewichtsverlust!

Wenn Sie Fragen zur Ernährung oder Schwierigkeiten beim Essen haben, sprechen Sie uns an.

Zahnärztliche Maßnahmen vor Beginn der Strahlentherapie

Durch zahnärztliche Maßnahmen **vor** Therapiebeginn sollen bestehende Zahn- und Zahnfleischprobleme behoben und damit Infektionsquellen während der Therapie verhindert werden. Wir werden Sie daher vor Beginn der Strahlentherapie zunächst Mund-Zahn-Kieferchirurgisch oder zahnärztlich vorstellen.

Anpassung von Zahnschienen

Zahnärztlich werden auch, wenn nötig, spezielle Kunststoffschienen für die Zähne angepasst. Es handelt sich dabei je nach Notwendigkeit um eine „**Strahlenschutzschiene**“ (bzw. Distanzierungsschiene und/oder **Fluoridierungsschiene**).

– Strahlenschutzschiene (Distanzierungsschiene)

Dickere, feste Schiene aus Kunststoff: diese muss schon zur Bestrahlungsplanung vorliegen!

- Wird nur **während** der eigentlichen Bestrahlung getragen
- Hält Wange, Lippe und Zunge auf Abstand zu Metall im Mund (zum Beispiel metallische Zahnfüllungen, Kronen und Brücken)
- Vermindert „Dosisspitzen“, wie sie beim Auftreffen der Strahlung auf Metall entstehen können

Die Reinigung der Schiene erfolgt mit warmem Wasser, flüssiger Seife und einer weichen Bürste. Keine Zahnpasta oder Reinigungstabs verwenden, diese rauhen die Oberfläche auf und erschweren auf längere Sicht die hygienische Reinigung.

– Fluoridierungsschiene

Flexiblere, kleinere Schiene: Sie dient dazu, fluoridhaltiges Gel (z.B. Elmex-Gel) auf die Zähne aufzubringen und vermeidet, dass das Gel vorzeitig durch Speichel oder Zunge entfernt wird.

Anwendung der Fluoridierungsschiene:

- Zuerst Zähne reinigen, dann Schiene spärlich mit Gel füllen und Gel gleichmäßig verteilen
- Befüllte Schiene einsetzen und 5 Minuten belassen, Lippen dabei zwanglos schließen
- Anschließend Schiene entfernen, den Mund kurz mit Wasser ausspülen und die Schiene von Gel-Rückständen säubern
- Danach nichts mehr essen oder trinken (deshalb am besten vor dem zu Bett gehen verwenden!), die Zähne nicht mehr putzen

Kleine Löcher sorgen dafür, dass vorhandener Überschuss abfließen kann. Vermeiden Sie das Verschlucken des Gels, es kann zu einer Magenreizung führen.

Was können Sie zusätzlich selbst tun?

Zahnpflege

- Führen Sie die Zahnpflege nur mit einer weichen Zahnbürste mit abgerundeten Borsten und wenig Druck durch, um Verletzungen zu vermeiden
- Benutzen Sie nur milde, fluoridhaltige Zahnpasta
- Putzen Sie Ihre Zähne, bei intakter Schleimhaut, dreimal täglich, also mindestens nach jeder Mahlzeit
- Sollten Sie einen Zahnersatz tragen, muss dieser ebenfalls nach jeder Mahlzeit gereinigt werden.

Mundpflege

- Mundspülungen (das bedeutet den Mund umspülen und gurgeln) sollten nach jedem Zähneputzen, mindestens aber **fünfmal täglich** durchgeführt werden und mindestens eine Minute umfassen
- Die Mundspülungen können z.B. mit kaltem Salbei- oder Kamillentee durchgeführt werden
- Individuell werden je nach Bedarf zusätzlich medikamentöse Mundspül-Lösungen besprochen.

Kontakt:

Prof. Dr. med. Marc D. Piroth
Chefarzt der Klinik für Strahlentherapie und
Radio-Onkologie

Sekretariat Tel.: (0202) 896-28 21
Ambulante Anmeldung Tel.: (0202) 896-27 91
Station B 7-1 Tel.: (0202) 896-37 10
(Dienstarzt 24 Std. erreichbar)

Helios Universitätsklinikum Wuppertal
www.helios-gesundheit.de/wuppertal