



Empfehlungen für die Mundpflege während und nach Abschluss der Radio-Therapie

Durch eine Bestrahlungstherapie wird der Speichelfluss stark reduziert. Die daraus resultierende Mundtrockenheit kann zu schnell fortschreitender Karies führen.

Wir empfehlen Ihnen daher folgende Prophylaxemassnahmen:

Allgemeine Mundhygiene

- Nach jeder Mahlzeit sollten Sie die Zähne mit einer weichen Zahnbürste und einer wenig abrasiven Zahnpasta reinigen (niedriger RDA-Wert, z.B. Elmex Sensitive®, Oral-B Sensitive®, Sensodyne ProSchmelz®).
- Betreiben Sie 1 x täglich eine Interdentalhygiene; diese können Sie mit Zahnseide, Zahnhölzchen oder Interdentalbürstchen durchführen.
- Wenn Sie eine Prothese tragen, so sollten Sie diese nach jeder Mahlzeit mit Seifenwasser und einer weichen Bürste reinigen. Einmal wöchentlich können Sie zusätzlich die handelsüblichen Prothesenreinigungsmittel verwenden.
- Weisen Sie Ihren Zahnarzt beim nächsten Besuch darauf hin, dass Sie eine Strahlentherapie im Kiefer-Gesichtsbereich erhalten haben.

Verwendung der Fluoridierungsschiene

Während der Bestrahlungstherapie sowie in der Zeit danach sollten Sie folgende Zusatzmassnahmen durchführen bis sich der Speichelfluss wieder normalisiert hat. Dies kann unter Umständen über einen sehr langen Zeitraum nötig sein.

- 3 x täglich befüllen Sie die Fluoridierungsschienen zu etwa einem Drittel mit Fluorid-Gel (z.B. PARO Amin Fluor Gelée®) und setzen diese auf die Zähne. Die Schienen sollten für die Dauer von ca. 5 Minuten auf den Zähnen belassen werden. Anschliessend nehmen Sie die Schienen wieder von den Zähnen und spülen diese sowie Ihre Zähne gründlich mit klarem Wasser.
- Bei Nichtgebrauch sollten Sie die Fluoridierungsschienen in klarem Wasser aufbewahren.

Getränke

Sie können alle ungezuckerten und säurearmen Getränke bedenkenlos einnehmen (z.B. ungezuckerter Tee, Mineralwasser). Künstliche Süßungsmittel wie Cyclamat, Saccharin und Aspartam sind problemlos verwendbar. Vermeiden Sie säurehaltige Getränke wie z.B. frische Zitrusäfte, Coca-Cola® und ähnliche Softdrinks, Apfelsaft oder sauren Most.

Ernährung

Achten Sie auf eine ausgewogene und zuckerarme Ernährung. Vermeiden Sie zuckerhaltige und kariogene Lebensmittel. Um dem unangenehmen Gefühl der Mundtrockenheit entgegenzuwirken, können Sie zuckerfreie, glycerinhaltige Bonbons verwenden.

Wir wünschen Ihnen einen guten Heilungsverlauf!

Ihr Team von der Abteilung für Mund-, Kiefer-und Gesichtschirurgie