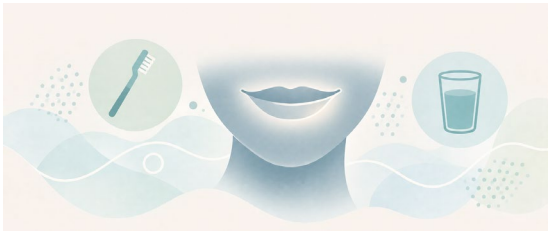
Schleimhautentzündung (Mukositis)

© AMBORA

Ihr orales Krebsmedikament kann Entzündungen der Schleimhäute verursachen – am häufigsten im Mund, es können aber auch andere Bereiche des Magen-Darm-Trakts betroffen sein.

Im Folgenden finden Sie Tipps, wie Sie einer Schleimhautentzündung vorbeugen und Beschwerden lindern können.

Bitte sprechen Sie uns an, wenn Sie Fragen haben oder die Empfehlungen im Alltag nur schwer umsetzen können.



Wie kommt es zu der Nebenwirkung und wie erkenne ich sie?

Eine Krebsbehandlung kann Schleimhautzellen schädigen und so eine Entzündung (Mukositis) auslösen – etwa eine Chemotherapie, eine Strahlentherapie oder bestimmte orale Krebsmedikamente.

Am häufigsten ist die Mundschleimhaut betroffen (orale Mukositis oder Stomatitis). Typische Beschwerden sind **Rötungen, offene Stellen und Schmerzen im Mund**. Auch Schlucken und Essen können dadurch erschwert sein. Zusätzlich kann Mundtrockenheit auftreten – Tipps dazu finden Sie in unserem Merkblatt „Schleimhauttrockenheit".

Sind andere Abschnitte des Magen-Darm-Trakts betroffen, können z.B. **Bauchschmerzen, Durchfall oder Schmerzen beim Stuhlgang** auftreten.

Was kann ich tun, um der Nebenwirkung vorzubeugen?

Eine **gute Mund- und Zahnpflege** kann Beschwerden im Mundbereich vermeiden oder lindern.

Folgende Tipps können helfen, die Mundschleimhaut zu schützen und einer Entzündung vorzubeugen:

- Lassen Sie Zähne und Prothesen möglichst vor Therapiebeginn zahnärztlich kontrollieren und Entzündungen oder Druckstellen behandeln.
- Putzen Sie Ihre Zähne mit einer **weichen Zahnbürste** und **milder, fluoridhaltiger Zahnpasta**; wechseln Sie Ihre Zahnbürste mindestens einmal pro Monat.
- Reinigen Sie die Zahnzwischenräume nur dann mit Zahnseide oder Interdentalbürsten, wenn Sie das bereits gewohnt sind – sonst sind kleine Verletzungen und Blutungen möglich.
- **Spülen Sie den Mund mindestens nach jeder Mahlzeit und vor dem Zubettgehen** mit Wasser, einer alkoholfreien Mundspüllösung oder isotonischer Kochsalzlösung (NaCl 0,9 %).
- Kontrollieren Sie Ihre Mundschleimhaut täglich auf Rötungen, weiße Beläge, offene Stellen oder Blutungen.
- Verzichten Sie auf Rauchen und Alkohol sowie reizende Speisen und Getränke (siehe Rückseite).

Was kann ich tun, wenn die Nebenwirkung auftritt?

Führen Sie die Mundpflege unbedingt weiter und **intensivieren Sie die Mundspülungen**: 4- bis 6-mal täglich für je ca. 30-60 Sekunden mit mindestens 15 ml spülen, das entspricht etwa einem Esslöffel.

Folgende Tipps können bei entzündeter Mundschleimhaut hilfreich sein:

- Essen Sie **mehrere kleine Mahlzeiten** über den Tag verteilt und bevorzugen Sie **weiche und flüssige Kost** (z.B. Püriertes, Suppen, Brei, ggf. Babygläschen); benutzen Sie ggf. einen Strohhalm.
- Trinken Sie ausreichend; gekühlte Getränke werden bei Schmerzen oft als angenehmer empfunden.
- **Lutschen Sie Eiswürfel** zum Kühlen der Mundschleimhaut. Runden Sie scharfe Kanten vorher unter warmem Wasser ab, um Verletzungen zu vermeiden.
- Vorübergehend kann **Trinknahrung** („Astronautenkost") sinnvoll sein.

Im Enddarm (Rektum) äußert sich Mukositis z.B. durch Schmerzen oder Brennen beim Stuhlgang, häufigen Stuhldrang, Durchfall oder Blut- bzw. Schleimbeimengungen.

Folgende Tipps können Beschwerden im Rektalbereich lindern:

- Reinigen Sie den Analbereich nach dem Stuhlgang vorsichtig mit lauwarmem Wasser, ohne zu reiben und tupfen Sie die Haut trocken.
- Ein **warmes Sitzbad** und **Hautschutzcreme** (z.B. Cicaplast Baume B5+®, Linola® Schutzbalsam) kann Schmerzen und Reizungen lindern.

- Tragen Sie lockere, atmungsaktive **Unterwäsche aus Naturmaterialien** wie Baumwolle.
- Bei Durchfall ist es besonders wichtig ausreichend zu trinken.
- Verwenden Sie Zäpfchen, Einläufe oder andere rektale Präparate nur nach Rücksprache mit Ihrem Behandlungsteam.

Was sollte ich lieber vermeiden, wenn die Nebenwirkung auftritt?

- Sehr heiße, harte, kantige oder bröselige Speisen
- Stark gewürzte, scharfe oder sehr salzige Speisen
- Säurehaltige Lebensmittel wie z.B. Zitrusfrüchte, Tomaten, Fruchtsäfte, Früchtetees
- Alkoholhaltige und zuckerhaltige Getränke

Welche Medikamente können eingesetzt werden?

- Dexpanthenol (z.B. Bepanthen® Lösung) fördert die Regeneration der Mundschleimhaut.
- Spezielle Mundspüllösungen (z.B. Mucosamin®, Glandomed®) sind teilweise teuer und nicht für jeden notwendig – fragen Sie Ihr Behandlungsteam, ob eine solche Lösung für Sie sinnvoll ist.
- Falls Ihnen zur Vorbeugung einer Pilzinfektion Medikamente verordnet wurden (z.B. Ampho-Moronal® Lutschtabletten / Lösung), wenden Sie diese bitte genau wie verordnet an!
- Bei Schmerzen kann Ihnen Ihr Arzt / Ihre Ärztin Schmerzmittel oder örtlich betäubende Präparate verordnen.

Wann muss ich meinen Arzt / meine Ärztin kontaktieren?

Es ist wichtig, dass Sie sich frühzeitig melden, wenn Schleimhautveränderungen auftreten bzw. wenn sich diese verschlimmern. Ihr Arzt / Ihre Ärztin kann entscheiden, welche Medikamente für Sie in Frage kommen, um die Beschwerden zu lindern. Setzen Sie Ihr Krebsmedikament bitte nicht eigenmächtig ab.

Bitte informieren Sie in folgenden Fällen Sie Ihren Arzt / Ihre Ärztin:

- Weiße Flecken im Mund oder Rachen (Hinweis auf eine Pilzinfektion)
- Schmerzen, offene Stellen oder Blutungen im Mund
- Wenn Sie Fieber ab 38 °C messen oder Schüttelfrost bekommen
- Wenn Sie nicht ausreichend essen oder trinken können
- Starke oder anhaltende Bauchschmerzen, Durchfall oder Schmerzen beim Stuhlgang
- Blut oder Schleim im Stuhl

Wen kann ich bei Fragen anrufen?

Ihr Behandlungsteam:

Stempel der Klinik / Praxis / Apotheke

Ärztlicher Bereitschaftsdienst: 116117
Bei lebensbedrohlichen Notfällen: 112

Merkblätter zu weiteren Nebenwirkungen finden Sie unter www.ambora.org.

gefördert durch Dr. August und Dr. Anni Lesmüller Stiftung
Deutsche Krebshilfe – Helfen. Forschen. Informieren.

Dieses Merkblatt wurde für Sie erstellt von:
AMBORA AMTS-Kompetenz- und Beratungszentrum orale Tumortherapie

CCC Comprehensive Cancer Center Erlangen-EMN
Europäische Metropolregion Nürnberg

Trotz sorgfältiger Prüfung wird keine Gewährleistung für Richtigkeit, Aktualität und Vollständigkeit der Angaben und keinerlei Haftung für eventuelle Fehler noch für Schäden übernommen. © Sämtliche Rechte (z. B. Urheber- und Leistungsschutzrechte) dieses Merkblattes liegen bei der Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg (FAU) und beim Universitätsklinikum Erlangen (UKER).
Nebenwirkungsmerkblatt Mukositis, Version: 2026-01, Stand: 03.09.2026. Bildquelle: KI-generiert mit ChatGPT (OpenAI), Textquellen: Leitlinienprogramm Onkologie (Deutsche Krebsgesellschaft, Deutsche Krebshilfe, AWMF): S3-Leitlinie Supportive Therapie bei onkologischen PatientInnen - Langversion 2.1, 2026; Krebsgesellschaft Nordrhein-Westfalen e.V., Zugriff am 17.07.2026 über: https://www.krebsgesellschaftnrw.de/komplementarmethoden/linderung-von-nebenwirkungen/schleimhautentzuendung/; Stiftung Deutsche Krebshilfe: Die blauen Ratgeber - Ernährung bei Krebs, 06/2023