

Allgemeine Maßnahmen	<p>Überprüfen Sie täglich ihre Mundschleimhaut</p> <p>Bitte Sie ihren Zahnarzt, mögliche Traumaquellen zu beseitigen (z.B. Prothesen, die nicht gut haften, gebrochene Zähne)</p> <p>Cremen Sie die Lippen mit Vaseline/weißen Paraffin (Petrolatom), Lippenbalsam oder Lippencreme ein. Denken Sie daran, dass Vaseline /weißes Paraffin (Petrolatom) nicht über längeren Zeitraum auf den Lippen angewendet werden darf, da dieser Stoff die Schleimhautzellen austrocknet und okklusiv wirkt, wodurch das Risiko von Sekundärinfektionen besteht</p> <p>Nehmen Sie viel Flüssigkeit zu sich, um den Mund feucht zu halten.</p>
Zähne und Zahnfleisch reinigen	<p>Verwenden Sie nach den Mahlzeiten und vor dem Schlafengehen eine weiche Zahnbürste oder einen Tupfer (je nach Verträglichkeit). Die Benutzung einer weichen Zahnbürste vermindert das Blutungsrisiko. Verwenden Sie jeden Monat eine neue weiche Zahnbürste.</p> <p>Reinigen Sie Zähne und Zahnfleisch mit einer milden Zahnpasta, die Fluor enthält und nicht schäumt.</p> <p>Putzen Sie täglich (nach den Mahlzeiten und vor dem Schlafengehen) die Zähne nach der Bass- oder der modifizierten Bassmethode. Wenn Sie eine elektrische Zahnbürste verwenden, wenden Sie die in der Gebrauchsanweisung beschriebene Technik an.</p> <p>Spülen Sie die Zahnbürste nach jedem Gebrauch gründlich mit Wasser ab und stellen Sie sie mit dem Kopf nach oben in einen Becher.</p> <p>Wenn es gewohnt sind, reinigen Sie einmal täglich die Zahnzwischenräume. Lassen Sie sich von einem Dentalhygieniker/einer -hygienikerin oder Zahnarzt/Zahnärztin zu dem am Besten geeigneten Instrument (Zahnseide, Zahnstocher, Zahnbürste) beraten. Wenn Sie es nicht gewohnt sind, die Zahnzwischenräume regelmäßig zu reinigen beginnen Sie damit nicht während der antitumoralen Therapie; Sie kann zu Schäden an der Epithelbarriere führen, die sich in Form von Zahnfleischblutungen bemerkbar machen.</p>
Den Mund spülen	<p>Spülen Sie gleich nach dem Aufstehen und mindestens viermal täglich nach dem Zähneputzen dem Mund etwa 1 Minute lang mit 15 ml Alkoholfreiem Mundwasser. Gurgeln Sie damit und spucken Sie es dann aus. Nehmen Sie nach der Mundspülung eine halbe Stunde lang keine Nahrungsmittel und Getränke zu sich.</p>
Prothesen pflegen	<p>Nehmen Sie die Prothesen vor der Mundpflege heraus. Reinigen Sie die Prothesen mit Zahnpasta und spülen Sie sie mit Wasser ab; reinigen Sie das Zahnfleisch.</p> <p>Schieben Sie die Verwendung der Zahnprothesen so weit wie möglich hinaus bis die Gewebe, den die den Mund auskleiden, sich erholt haben. Befinden Sie sich in der Klinik, belassen Sie die Prothese in einem Bad mit einer antibakteriellen Lösung (z.B. 0,2-prozentiges Chlorhexidin, sofern verfügbar), bevor Sie sie in den Mund einsetzen.</p>
Schmerzhafte Stimuli vermeiden	<p>Tabakkonsum und Alkohol</p> <p>Einige Nahrungsmittel wie Tomaten, Zitrusfrüchte, heiße Getränke und Gewürze, heiße rohe Lebensmittel oder solche mit Kruste</p>