



## Bestrahlung im Kopf-Hals-Bereich

### Liebe Patientin, lieber Patient!

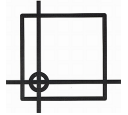
Bei Ihnen ist eine Strahlentherapie im Kopf-Hals-Bereich geplant. Zur Vermeidung und Verminderung von Nebenwirkungen empfiehlt es sich, die folgenden Pflegehinweise zu beachten.

Vor Beginn der Strahlentherapie:

- Bei noch vorhandenen eigenen Zähnen sollten Sie sich kurzfristig bei Ihrem Zahnarzt mit der Frage nach einer Zahnsanierung vorstellen. Karies und Zahnfleischprobleme sollten vor Beginn der Therapie behandelt werden. Vielleicht wird Ihnen eine spezielle Schiene oder eine Fluorbehandlung empfohlen.
- Zur Sicherung der Ernährung wird Ihnen bereits vorbeugend eine Magensonde durch die Bauchdecke (die sogenannte „PEG“) angelegt. Eine ausreichende Ernährung muss im Verlauf der Therapie auf jeden Fall aufrecht erhalten werden. Ein Gewichtsverlust muss unbedingt vermieden werden!

Während der Strahlentherapie:

- Im Verlauf der Therapie sowie in den ersten Wochen danach sollten zahnmedizinische Eingriffe nicht erfolgen. Bitte informieren Sie Ihren Zahnarzt auf jeden Fall über Ihre Strahlentherapie.
- Tragen Sie eine Teil- oder Totalprothese? Bitte lassen Sie sie weg! Sie kann zusätzliche Druck- und Scheuerstellen verursachen und begünstigt Infektionen. Wahrscheinlich brauchen Sie mehrere Monate nach Ende der Therapie eine neue Prothese, weil der Kiefer sich verändert hat.
- Spülen Sie den Mund mehrmals täglich (mindestens nach jeder Mahlzeit) mit Wasser oder Salbeitee aus. Verzichten Sie auf Mundwasser.
- Nach jedem Spülen öffnen Sie mehrmals den Mund so weit wie möglich, um das Kiefergelenk beweglich zu halten.
- Benutzen Sie eine weiche Zahnbürste und gegebenenfalls (vorsichtig) Zahnseide.
- Trinken Sie viel und in kleinen Portionen. Empfehlenswert sind stilles Wasser und Salbeitee, evtl. auch Sauermilch oder Sojadrinks.
- Verzichten Sie auf Kaffee, Alkohol, kohlenensäurehaltige Getränke, Kamillentee (trocknet aus), Frischmilch (fördert die Verschleimung).
- Meiden Sie sehr heiße oder sehr kalte Speisen und Getränke.
- Meiden Sie stark saure, salzige oder scharf gewürzte Speisen und Getränke.



## Bestrahlung im Kopf-Hals-Bereich

- Verzichten Sie auf das Rauchen.
- Lutschen Sie zuckerfreie Bonbons zur Anregung des Speichelflusses, zum Beispiel Salbeibonbons oder Emser Pastillen.
- Wiegen Sie sich wenigstens einmal pro Woche, um einen Gewichtsverlust zu erkennen.
- Sobald Sie nicht mehr alles essen und trinken können, beginnen Sie mit der Zusatzernährung über die Magensonde.
- Wenn feste oder trockene Speisen schwer zu schlucken sind, wechseln sie auf weiche, breiige oder flüssige Kost (z.B. auch Babynahrung!).
- Informieren Sie uns über alle Veränderungen (Schmerzen, Schluckprobleme, Geschmacksstörungen, Zungenbeläge usw.)

Nach Ende der Strahlentherapie:

- Befolgen Sie die oben genannten Empfehlungen weiter bis zur vollständigen Abheilung der Veränderungen in der Mundhöhle.
- Halten Sie regelmäßige Kontrolltermine bei Ihrem betreuenden Zahnarzt ein.
- Informieren Sie weitere Zahnärzte über die erfolgte Strahlenbehandlung. Dies ist vor allem bei operativen Eingriffen wie dem Ziehen von Zähnen oder Implantationen äußerst wichtig, weil der Heilungsverlauf durch die Strahlentherapie beeinflusst werden kann.
- Führen Sie eine eventuelle Fluorbehandlung fort, so lange wie Ihr Zahnarzt dies empfiehlt.
- Verzichten Sie auf das Tragen einer Teil- oder Totalprothese, bis Ihr Zahnarzt es Ihnen wieder erlaubt.

**Vielen Dank und gute Besserung!**