

MUNDTROCKENHEIT UND ZÄHER SPEICHEL

Krebstherapien können Speicheldrüsen schädigen oder deren Funktion beeinflussen. Dies verursacht mitunter Mundtrockenheit oder zähen Speichel. Folgende Massnahmen können helfen, diese Nebenwirkung zu mildern:

Bevorzugen Sie saftige, wässrige Nahrungsmittel: Fruchtsalat, Früchtekompott, Milch, Joghurt Drink, Suppen, Sorbet

Kalte Getränke halten die Mundschleimhaut länger feucht.

Lutschen Sie Bonbons oder Eiswürfel aus Tonic-Wasser, Fruchtsaft, Joghurt oder Kräutertee. Achten Sie darauf, was Sie vertragen.

Passen Sie die Lebensmittelkonsistenz und / oder die Temperatur des Essens und der Getränke Ihrem eigenen Empfinden an.

Vermeiden Sie zu trockene, kratzige und klebrige Lebensmittel: Knäckebrot, Zwieback, Brot, Honig, Banane, Schokolade etc.

Servieren Sie Sauce zu den Speisen.

Saure Lebensmittel können schleimlösend wirken, aber auch die Schleimhaut reizen. Probieren Sie, was Sie vertragen: Zitronen-, Orangen- oder Grapefruitschnitz (Achtung: Bei einigen Medikamenten sollte auf Grapefruit verzichtet werden), Johannisbeeren, Essig, Tomaten.

Sprayen Sie mit einem Zerstäuber Wasser in den Mund.

Beachten Sie die Mundhygiene:

- Zähne nach dem Essen putzen
- Trinken Sie regelmässig und spülen Sie den Mund zwischen den Mahlzeiten
- Kauen Sie Bonbons und Kaugummi zwischen den Mahlzeiten

Lindenhofgruppe | Ernährungsberatung

Engeriedspital
Tel. + 41 31 366 36 34 | erb.engeried@lindenhofgruppe.ch

Lindenhofspital
Tel. + 41 31 300 87 38 | erb.lindenhof@lindenhofgruppe.ch

Sonnenhofspital
Tel. + 41 31 358 11 33 | erb.sonnenhof@lindenhofgruppe.ch

lindenhofgruppe.ch

