



## WAS IST EIN TROCKENER MUND?

Ein trockener Mund bedeutet, dass Sie nicht ausreichend Speichel haben, um Ihren Mund feucht zu halten. Jeder hat von Zeit zu Zeit einen trockenen Mund, besonders bei Nervosität, Aufregung oder unter Stress. Wenn Ihr Mund jedoch beständig oder die meiste Zeit trocken ist, kann dies unangenehm sein und zu ernsteren Gesundheitsproblemen führen oder ein Zeichen für ein ernsthaftes medizinisches Leiden darstellen, denn Speichel hält nicht nur den Mund feucht, sondern unterstützt die Verdauung von Nahrungsmitteln, schützt die Zähne vor Karies, verhindert durch die Kontrolle der Bakterien im Mund Infektionen und ermöglicht Ihnen das Kauen, Schlucken und Sprechen.

Es gibt mehrere Gründe, aufgrund derer die Speicheldrüsen nicht richtig arbeiten.

Diese umfassen:

- Nebenwirkungen einiger Medikamente - Mehr als 400 Medikamente, einschliesslich Mittel gegen Allergien, Entzündungen und Schwellungen, Schmerzmittel, Medikamente gegen Bluthochdruck und Depressionen, können einen trockenen Mund verursachen.
- Krankheiten - Krankheiten, die Auswirkungen auf die Speicheldrüsen haben, wie Diabetes, Hodgkins, Parkinson, HIV/AIDS und das Sjogren-Syndrom, können zu einem trockenen Mund führen.
- Strahlentherapie - Die Speicheldrüsen können beschädigt werden, wenn Ihr Kopf oder Nacken während einer Krebsbehandlung Strahlungen ausgesetzt wird. Die Schädigung der Speicheldrüsen und damit der Verlust des Speichels nach einer Strahlentherapie ist meist dauerhaft und nicht wieder rückgängig zu machen.
- Chemotherapie - Medikamente, die zur Krebsbehandlung eingesetzt werden, können den Speichel verdicken oder "binden", was zu dem Gefühl eines trockenen Mundes führt. Diese Nebenwirkung ist häufig nur vorübergehend.
- Menopause - Die Veränderung des Hormonspiegels betreffen die Speicheldrüsen und führen bei Frauen während oder nach der Menopause häufig zu dem dauerhaften Gefühl eines trockenen Mundes.
- Rauchen - Viele Raucher leiden an einem trockenen Mund.

Woran erkenne ich, ob ich an einer Mundtrockenheit leide?

Der Mund von jedem fühlt sich von Zeit zu Zeit trocken an. Falls dieses Gefühl nicht vergeht, haben Sie möglicherweise ein Problem mit der Speichelproduktion. Die Symptome der Mundtrockenheit umfassen:

- ein klebriges, trockenes Gefühl in Ihrem Mund
- Schluckbeschwerden

- ein brennendes Gefühl auf Ihrer Zunge
- ein trockenes Gefühl im Rachen
- aufgesprungene Lippen
- ein schwächerer Geschmackssinn oder ein metallischer Geschmack im Mund
- Mundsoors
- häufiger Mundgeruch
- Schwierigkeiten beim Kauen/Sprechen

### Wie wird eine Mundtrockenheit behandelt?

Die einzig dauerhafte Form einen trockenen Mund zu heilen, besteht in der Behandlung der Ursachen. Falls Ihr trockener Mund seine Ursache in Medikamenten hat, verändert Ihr Arzt möglicherweise das Produkt oder die Dosierung. Falls Ihre Speicheldrüsen nicht richtig arbeiten, aber noch Speichel produzieren, verschreibt Ihnen Ihr Arzt möglicherweise ein Medikament, das die Speicheldrüsen in ihrer Funktion unterstützt.

Kann die Ursache für Ihren trockenen Mund nicht beseitigt werden bzw. bis dies der Fall ist, können Sie die Feuchtigkeit Ihres Mundes auf unterschiedliche Arten wiederherstellen. Ihr Zahnarzt empfiehlt Ihnen eventuell einen Mundbefeuchter, wie z. B. ein Speichelersatzmittel. Möglicherweise bringt auch das Spülen mit einer möglichst fluoridhaltigen Mundspülung, die speziell für einen trockenen Mund entwickelt wurde, Besserung. Sie können ebenfalls:

- häufig an Wasser oder zuckerfreien Getränken nippen
- Getränke mit Koffein, wie Kaffee, Tee und einige Erfrischungsgetränke, die zu einem Austrocknen des Mundes führen, vermeiden
- zuckerfreien Kaugummi kauen oder an harten zuckerfreien Bonbons lutschen, die den Speichelfluss fördern (falls die Funktion der Speicheldrüsen noch besteht)
- keinen Tabak oder Alkohol zu sich nehmen, da diese den Mund austrocknen
- keine scharfen oder salzigen Lebensmittel zu sich nehmen, da diese in einem trockenen Mund zu Schmerzen führen können
- nachts einen Luftbefeuchter verwenden

Weitere Informationen finden sie auf unserer homepage: [www.colgate.de](http://www.colgate.de)

©2005 Colgate-Palmolive:

Weltweit bekannt für Mundpflege, Körperpflege und Haushaltspflege.