

Pflegerische Entlassungsinformation

Mundpflege

Ein Ratgeber für Patient*innen und Angehörige

Trockener Mund ist häufig ein Symptom pflegebedürftiger Menschen. Dies kommt vor, wenn weniger getrunken wird, vermehrt durch den offenen Mund geatmet wird oder aufgrund bestimmter Medikamente. Ein trockener Mund ist nicht nur unangenehm, sondern kann auch Probleme beim Schlucken verursachen. Bei Mundtrockenheit können auch schmerzhafte Borken auf der Zunge entstehen. Trockene Lippen reißen schneller ein.

Aus diesen Gründen ist gute Mundpflege und häufiges Anfeuchten der Mundschleimhaut bei pflegebedürftigen Menschen besonders wichtig.

Mögliche Maßnahmen bei Mundtrockenheit:

- ✓ Lutschen kleiner Eiswürfel, gefrorener Früchte oder Bonbons
Vorsicht: Gefahr des Verschluckens
- ✓ Eiswürfel (oder als Eislutscher mit einem in der Mitte platzierten Zahnstocher), können je nach Vorliebe, aus jedem Getränk hergestellt werden
- ✓ Zergehen lassen, einer kleinen Menge Eiscreme (Frucht- oder Milcheis) im Mund
- ✓ Essen bzw. Trinken von wasserhaltigen Lebensmitteln wie geschälter Gurke, Melone, Kompott oder lauwarmer, klarer Suppe
- ✓ Lutschen eines kleinen Stückes einer Vitamin C Brausetablette
Vorsicht bei offenen Stellen im Mund hier kann es schmerzhaft sein
- ✓ Ein kleines Stück Butter oder etwas Schlagobers im Mund zergehen lassen

- ✓ Getränke können auch mittels eines Zerstäubers in den Mund gesprüht oder mittels einer kleinen Spritze/Glaspipette (erhältlich in Apotheken) verabreicht werden
- ✓ Mittels eines Mundpflegestäbchens (mit Schwamm oder großem Wattekopf), welches in ein Getränk getaucht und etwas ausgedrückt wird, kann Flüssigkeit durch Saugen am Stäbchen aufgenommen werden
- ✓ Bei Schluckproblemen kann der Mund vorsichtig mit einer um den Finger gewickelten und befeuchteten Mullkomresse oder einem befeuchteten Mundpflegestäbchen ausgewischt werden

Mögliche Maßnahmen bei Borken im Mund bzw. auf der Zunge:

- ✓ Befeuchtung des Mundes mit einer kleinen Menge Butter, Schlagobers, Mundpflegeöl (hochwertiges Aromapflegeprodukt), Rosenhonig oder Sanddornfruchtfleischöl (Vitamin C+E haltig); kann auch mit Hilfe eines Mundpflegestäbchens vorsichtig im Mund und auf der Zunge verteilt werden
- ✓ Verteilen eines Butter-Honig Gemisches (Verhältnis 1:1) im Mund bzw. mit Hilfe eines Mundpflegestäbchens

Möglichkeiten zur Lippenpflege:

- ✓ mit Sheabutter- oder panthenolhaltigen Präparaten

Regelmäßige **Zahn- bzw. Zahnprothesenpflege** beugt Entzündungen vor

Mundtrockenheit, belegte Zunge und trockene Lippen werden subjektiv als sehr unangenehm wahrgenommen. Durch diese Unterstützungsmöglichkeiten können Sie helfen mehr Lebensqualität für Ihren Angehörigen zu erzielen.