

# Auf dem Trockenen



Personen mit **Xerostomie** kennen es nicht, dass ihnen das Wasser im Mund zusammenläuft. Das Gefühl der Trockenheit kann sehr unangenehm sein und ihnen den Alltag zur Qual machen.

© Sandra Lass / 123rf.com

**Verschiedene Auslöser** Im gesunden Organismus arbeiten die Speicheldrüsen in der Nacht langsamer, sodass eine Mundtrockenheit am frühen Morgen häufig vorkommt. Obendrein machen trockene Luft oder eine zu geringe Flüssigkeitszufuhr den Schleimhäuten zu schaffen. Auch die Einnahme bestimmter Medikamente (z. B. Antihistaminika, Antibiotika, NSAR, Opioide, Psychopharmaka, Anticholinergika, Lipidsenker, Sekretolytika, Glukokortikoide, Antiepileptika oder Herz- und Blutdruckmedikamente wie ACE-Hemmer, Beta-Blocker, Kalziumantagonisten, Diuretika) ruft die Beschwerden hervor. In welcher Intensität die Xerostomie dann vorliegt, hängt von der Dosierung sowie dem Alter und Flüssigkeitsstatus der Patienten ab. Die Mechanismen, die der Problematik zugrunde liegen, unterscheiden sich: Anticholinergika greifen in die physiologische Steuerung der Speicheldrüsen ein, während zahlreiche Medikamente zur Austrocknung der Schleimhäute führen, ohne am vegetativen Nervensystem anzusetzen – stattdessen spielen beispielsweise histaminerge Rezeptoren eine Rolle. Diuretika beeinflussen den Wasserhaushalt des Körpers, was sich auch auf die Speichelproduktion auswirkt. NSAR hemmen die Prostaglandinsynthese und verändern die Wasser- und Elektrolytretention. Darüber hinaus lassen Bestrahlungen und Chemotherapie zur Behandlung von bösartigen Tumoren die Spucke versiegen, weil das Speicheldrüsengewebe angegriffen wird.

**G**ewinnt der Sympathikus in Stresssituationen die Oberhand, bleibt den Menschen quasi die Spucke weg. Wer also nervös und angespannt ist, hat oft einen trockenen Mund. Auch Personen, die viel sprechen müssen, erleben dies häufig, denn die Luft, die beim Reden in den Mund einströmt, entzieht den Schleimhäuten Feuchtigkeit.

Lästig werden die Beschwerden allerdings, wenn sie als Folge von Erkrankungen oder als Nebenwirkung von Arzneimitteln ein ständigen Begleiter sind.

### **Vielfältige Auswirkungen**

Eine chronische und hochgradige Mundtrockenheit beeinträchtigt die Lebensqualität erheblich. Betroffene leiden unter Problemen beim Kauen, Schlucken, Sprechen oder

Schmecken. Zusätzlich kann die Xerostomie mit folgenden Symptomen einhergehen:

- Mundgeruch
- trockene, rissige Lippen
- starkes Durstgefühl
- gerötete, brennende Schleimhäute
- Karies, Zahnfleischbluten, Parodontitis
- Trockenheitsgefühl im Hals mit Heiserkeit.

Auch einige Krankheiten schränken den Speichelfluss ein und führen zu einer Xerostomie. Tumoren können die Funktionsfähigkeit der Speicheldrüsen beeinträchtigen. Eine chronisch verstopfte Nase bei einer Erkältung verursacht das verstärkte Atmen durch den Mund und bedingt trockene Schleimhäute. Manchmal sind Stoffwechselerkrankungen wie Diabetes mellitus für die Beschwerden verantwortlich. Beim Sjögren-Syndrom, einer Autoimmunerkrankung, geht die Symptomatik auf eine Entzündung der Speicheldrüsen zurück.

**Therapieoptionen** Wer unter andauernder Mundtrockenheit leidet, sollte sich in ärztliche Behandlung begeben. Anhand

## PHYSIOLOGIE

Die Speicheldrüsen werden vom vegetativen Nervensystem, welches aus dem Sympathikus und dem Parasympathikus besteht, gesteuert. Letzterer ist für den entspannten Zustand verantwortlich, die Speicheldrüsen sind dann aktiviert. Der Sympathikus hingegen steuert den Organismus in Gefahrensituationen, in denen die Verdauung und somit die Speichelproduktion gedrosselt sind. Dies erklärt die Mundtrockenheit in Stresssituationen.

der Anamnese sowie einer Prüfung der Speichelflussmenge kann der Mediziner die Situation einschätzen und eventuell auf Grunderkrankungen hin untersuchen. Grundsätzlich ist es für Kunden mit Xerostomie wichtig, dass sie ausreichend trinken. Geeignete Flüssigkeiten sind Mineralwasser, Kräutertees ohne Zucker oder Saftschorlen. Auch das Kaugummikauen oder das Lutschen von zuckerfreien Bonbons fördert die Speichelproduktion. Zur Befeuchtung der Mundschleimhaut können Speichlersatzmittel eingesetzt werden. Sie überziehen die trockenen Bereiche mit einem schützenden Film und enthalten oft zusätzlich einen Schleimbildner sowie Kalzium-, Kalium-, Natrium- und Magne-

siumsalze, welche die Sekretion anregen und die Schleimhäute im Gleichgewicht halten sollen. Andere Mundpflegepräparate verfügen über Lysozyme und weitere Enzyme. Sie sind in verschiedenen Darreichungsformen erhältlich (z. B. als Spray, Gel oder Mundspülung), eventuell mit pflegenden Zusätzen wie Aloe vera oder Panthenol. Die Produkte, auch solche mit Hyaluronsäure, bringen ein angenehmes Mundgefühl zurück, pflegen die Mundhöhle und erleichtern das Sprechen und Schlucken. ■

*Martina Görz,  
PTA und Fachjournalistin (FJS)*

Anzeige

# Jetzt große TV- und Anzeigenkampagne

**Neurexan**

- entspannt, beruhigt am Tag
- fördert Ein- und Durchschlafen

**-Heel**