

30. Oktober 2019

RADIOBEITRAG als Text

Aphthen: Wenn die Mundschleimhaut Bläschen bildet

Anmoderation:

Sie sind meist nur wenige Millimeter groß, aber sehr störend: Aphthen. Woher die kleinen Bläschen im Mund kommen und was man dagegen tun kann, darüber hat sich Kristin Sporbeck bei Katja Kühler informiert. Sie ist Zahnärztin bei der AOK.

Länge: 1.38 Minuten

Katja Kühler:

Aphthen sind kleine, entzündete Stellen in der Mundschleimhaut, die beim Essen, Schlucken oder Sprechen starke Schmerzen verursachen. Sie gehören mit zu den häufigsten Erkrankungen der Mundschleimhaut, sind aber auch nicht ansteckend. Wie sie entstehen, ist nicht bekannt. Nach ein bis zwei Wochen verschwinden die kleinen weißen Flecken aber zumeist wieder von allein.

Text: erklärt Katja Kühler, Zahnärztin bei der AOK. Die Ursachen sind vielfältig und nicht immer zu vermeiden.

Katja Kühler:

Möglicherweise gibt es eine familiäre Veranlagung, zu der dann noch andere Faktoren hinzukommen, zum Beispiel Stress, ein geschwächtes Immunsystem, Mangelerscheinungen wie Vitamin-

B- oder Eisenmangel sowie hormonelle Schwankungen. Aber auch Verletzungen der Mundschleimhaut, eine schlecht sitzende Zahnsperre oder auch Zahnprothese oder mangelnde Mundhygiene können die Entzündungen auslösen.

Text: Auch wenn es schmerzt, sollte man auf jeden Fall für eine gute Mundhygiene sorgen. Eine weichere Zahnbürste ist dann sinnvoll. Auf alkoholhaltige Mundwasser sollte man aber verzichten.

Katja Kühler:

Man sollte in der Zeit auf harte Lebensmittel verzichten, ebenso wie auf säuerliche, scharfe oder salzige Lebensmittel, denn sie reizen die Schleimhaut zusätzlich. Sind die Beschwerden stark, können Gele, Cremes oder Sprays Linderung bringen. Und in hartnäckigen Fällen verschreibt der Arzt oder die Ärztin eventuell auch ein kortisonhaltiges Medikament. Sind die Stellen auch nach zwei Wochen noch nicht ausgeheilt oder eben sehr ausgeprägt, dann sollte man den Arzt befragen. Dann können auch andere Ursachen dahinterstecken wie chronisch-entzündliche Darmerkrankungen oder eine entzündlich-rheumatische Systemerkrankung.