

vordringen können. Eine Parotitis ist sehr schmerzhaft.

- Zum Kauen anregen: Das Kauen regt den Speichelfluss an. Zum „darauf Herumkauen“ eignen sich Dörrobst, Trockenfleisch und auch Kaugummi.
- Säure riechen oder schmecken lassen: Das Riechen an Zitrusfrüchten oder das Ablutschen einer Orangenscheibe regt ebenfalls den Speichelfluss an. Achten Sie jedoch unbedingt darauf, dass der Mund verletzungsfrei ist, ansonsten brennt die Zitronensäure sehr. Alternativ können Sie auch Orangen- oder Pampelmusensaft stark verdünnen und damit den Mund auswischen.
- Den Mund auswischen: mit Wasser, verdünnten Obstsäften oder Tee (maximal zwei Minuten ziehen lassen).
- Die Lippen bestreichen: Das Auftragen von Lebensmitteln (Honig oder Joghurt) führt dazu, dass der Mund reflexartig abgeleckt wird was dann ebenfalls zu einer Speichelproduktion führt. Achten Sie darauf, dass es sich um zähflüssige Lebensmittel handelt. Zu flüssige Stoffe könnten leicht zu einem Verschlucken führen.
- Ausreichende Flüssigkeitszufuhr: Diese ist notwendig, damit der Körper genügend Speichel produzieren kann.
- Massage der Speicheldrüsen: Dies muss sehr vorsichtig durchgeführt werden. Massieren Sie mit leichtem Druck mit den Fingerspitzen vom Ohr aus in Richtung Kieferwinkel und streichen Sie dann zur Wange hin aus. Danach streichen Sie ebenfalls mit leichtem Druck von oberhalb des Kehledeckels in Richtung Kinn aus.

**Wir hoffen, Ihnen mit diesem Merkblatt hilfreiche Informationen gegeben zu haben.**

## **Altenhilfe und Gesundheitsförderung BRK Kreisverband Ostallgäu**

Beethovenstr. 2  
87616 Marktoberdorf

Telefon: 08342 / 96 69-0  
E-Mail: [info@kvostallgaeu.brk.de](mailto:info@kvostallgaeu.brk.de)  
Internet: [www.brk-ostallgaeu.de](http://www.brk-ostallgaeu.de)

Kreisverband Ostallgäu



# Soor- und Parotitisprophylaxe

**Faktoren - Kennzeichen - Maßnahmen**



### Wichtige Informationen für Betroffene und Angehörige

Dieses Informationsblatt soll Ihnen Kenntnisse über die unterschiedlichen Maßnahmen der Mund- und Zahnpflege vermitteln. Diese Maßnahmen dienen dazu, den Mund und die Zähne sauber und damit die Mundschleimhaut intakt zu halten. So können Infektionen mit Bakterien und Pilzen vermieden werden.

### Allgemeine Informationen

Die Mundpflege ist eigentlich eine Selbstverständlichkeit für jeden Menschen. Sie dient der Reinigung der Zähne nach dem Essen und der Gesunderhaltung des Zahnfleisches. Ein gesunder Mund ermöglicht genussvolles Essen, umgekehrt stellt aber Essen auch eine wirksame Mundpflege dar. Auch Speichel ist für eine gesunde Mundflora nötig. Insgesamt dient die Mundpflege dem persönlichen Wohlbefinden.

Grundsätzlich gilt für die Mundpflege: Sie sollte nach Möglichkeit „wie gewohnt“ ausgeführt werden und das, was selbständig durchgeführt werden kann, soll auch selbständig durchgeführt werden.

Muss die Mundpflege im Bett durchgeführt werden, muss der Oberkörper hoch gelagert und das Kinn brustwärts geneigt werden, um ein Verschlucken zu vermeiden und die Durchführung zu erleichtern.

### Maßnahmen zur Mundpflege

#### Zahnpflege

Wenn keine besonderen Beschwerden vorliegen, ist eine ganz normale Zahnpflege wie bisher ausreichend. Mit nach vorn übergeneigtem Kopf wird die Zahnpflege von dem Pflegebedürftigen selber häufig als angenehmer empfunden.

#### Zahnpflege bei schweren Beeinträchtigungen

Bei schweren Beeinträchtigungen (z.B. Schluckbeschwerden) kann es sinnvoll sein, die Zähne nur mit Wasser (oder ungesüßtem Tee) zu putzen, da sich der Zahnputzschaum nur schlecht entfernen lässt. Die Gefahr besteht, dass der Schaum verschluckt oder eingeatmet wird. Angesammelter Schleim oder Speisereste aus den Wangentaschen müssen mit einer feuchten Kompresse entfernt werden.

#### Prothesenpflege

Auch die Prothesenpflege sollte wie gewohnt durchgeführt werden, d.h. mit allen bereits bekannten Pflegemitteln. Muss die Prothese herausgenommen werden, entfernen Sie zuerst die obere Prothese. Beim Wiedereinsetzen der Prothese gehen Sie genau umgekehrt vor, d.h. zuerst wird die untere Prothese, dann die obere Prothese wieder eingesetzt.

#### Zahnfleisch und Zahnzwischenräume

Besonders das Zahnfleisch und die Zahnzwischenräume müssen gut gesäubert und gepflegt werden, da sich an den Zahnrändern leicht Bakterien bilden können die zu unangenehmen Entzündungen führen können. Mit einer extra weichen Zahnbürste kann man nach dem Zähneputzen das Zahnfleisch gut massieren. So wird die Durchblutung gesteigert und die unterhalb des sichtbaren Zahnbereiches vorhandenen Bakterien werden in Richtung Zähne hin wegmassiert und können gut ausgespült werden.

### Maßnahmen zur Parotitisprophylaxe

- Den Speichelfluss anregen: Speichelfluss ist die wichtigste Art der Mundpflege. Ausreichend Speichel ist wichtig, um die Mundschleimhäute feucht zu halten. Eine ausreichende Speichelproduktion zieht eine gesunde Mundflora nach sich. Durch eine mangelnde Speichelproduktion kann es aber auch zu einer Ohrspeicheldrüsenentzündung kommen, der Parotitis. Der ausgetrocknete Mund bietet Nährkeime für Bakterien, die dann bis in die Ohrspeicheldrüsen