



Infecties en ontstekingen in de mond

Als je mond ontstoken is, is het mondslijmvlies gevoelig, pijnlijk, rood en/of opgezwollen. Ontstekingen in de mondholte komen regelmatig voor, als gevolg van slechte mondzorg, maar ook als bijwerking van chemotherapie en/of bestraling bij mensen met kanker. In dat geval wordt het ook wel orale mucositis genoemd.

Wat is stomatitis?

Bij een ontsteking is er sprake van irritatie van het mondslijmvlies. Dat kan komen door slechte mondverzorging of een droge mond, maar ook als bijwerking van chemotherapie of bestraling.

Vaak wordt gedacht dat een ontsteking hetzelfde is als een infectie. Maar dat klopt niet. Een ontsteking kan worden veroorzaakt door een infectie. Bij een infectie heb je altijd te maken met ziektekiemen: virussen, bacteriën of schimmels. Als je weerstand goed is, heb je daar weinig of geen last van. Maar als je al een zwakke gezondheid hebt, kunnen ze voor nare klachten zorgen en ernstig verlopen. Als de bacteriën uit je mond in je bloed komen, kun je een bloedvergiftiging krijgen. Dat is een gevaarlijke situatie.

Wat merk ik van stomatitis?

Ontstekingen in je mond (eventueel als gevolg van een infectie) kunnen allerlei klachten geven, zoals:

- pijn
- bloedend tandvlees
- [smaakverlies](#) (minder goed kunnen proeven)
- een [slechte adem](#)
- moeite met eten en drinken
- bloedvergiftiging (sepsis)

Oorzaken van stomatitis

Een ontsteking van je mond in de palliatieve fase kan komen door:

- slechte mondverzorging
- scherpe randen van je gebit, slecht passend kunstgebit
- [droge mond](#)
- slecht algemene lichamelijke toestand
- infecties van de mond of het tandvlees

Soms is er sprake van aften: kleine, grijswitte, pijnlijke plekjes in je mond. Die kunnen worden veroorzaakt door stress, menstruatie of een tekort aan vitamines.

Een infectie in je mond in de palliatieve fase kan komen door:

- schimmelinfecties, met name de zogenaamde Candida ('spruw'). Die geeft meestal witte puntjes en/of een wit aanslag in de mond, de keel en op de tong. Deze infectie zie je vaak bij het gebruik van bepaalde medicijnen zoals corticosteroïden (prednison of dexamethason) en antibiotica.
- virussen, meestal het herpesvirus. Dat zorgt vaak voor pijnlijke zweertjes in de mond.
- bacteriën

Alle factoren die een ontsteking veroorzaken kunnen ook leiden tot een infectie.

Onderzoek

De arts zal je eerst vragen stellen over je voorgeschiedenis (hoe het vroeger met je ging) en je klachten. Daarna zal zij in je mond kijken.

Het kan zijn dat je arts meer onderzoeken voorstelt, zoals bloedonderzoek of een kweekje om te kijken welke ziektekiemen de infectie veroorzaken.

Stomatitis: wat kan eraan gedaan worden?

Ontstekingen en infecties in de mond kunnen voorkomen worden door een betere weerstand, een schone mond en geen wondjes (bijvoorbeeld door een schurend kunstgebit).

Een goede weerstand vermindert de kans op infecties. Eet en drink dus zo gezond mogelijk.

Mondverzorging

- spoel je mond vier tot tien keer per dag met zout water (één afgestreken theelepel zout in een glas water)
- poets je tanden met een zachte tandenborstel of met een elektrische tandenborstel
- maak één keer per dag de ruimte tussen je tanden en kiezen goed schoon met tandenstokers, ragers en/of flosdraad
- poets je tong met een zachte tandenborstel of maak hem schoon met een tongschraper
- maak je kunstgebit of plaatje goed schoon
- vet lippen en mondhoeken in met vaseline

Bij een slechte gezondheid van je gebit en tandvles kun je je mond spoelen met chloorhexidine. Het kan ook zijn dat je arts je doorverwijst naar een diëtist, mondhygiënist of tandarts.

Als je een infectie hebt en de arts weet welk micro-organisme de infectie veroorzaakt, kan zij daar medicijnen voor geven:

- bij een bacteriële infectie: antibiotica
- bij een virusinfectie: antivirale middelen
- bij een schimmelinfectie: antischimmelmiddelen

Wat kan ik of mijn naaste doen?

Zoals hierboven aangegeven: zorg voor goede voeding en goede mondverzorging. Heb je last van je mond of je gebit? Heb je bloedend tandvles? Praat erover met je arts of verpleegkundige. Zij kunnen je advies geven of een tandarts of mondhygiënist inschakelen. Heb je last van pijn in je mond door chemotherapie of bestraling (orale mucositis)? Kijk dan op kanker.nl voor meer informatie.

Wat zijn mijn wensen?

Het is belangrijk dat je (huis)arts, je verzorgers en je naasten weten wat je voelt. Denk niet: ach, het is maar een plekje of wondje in mijn mond. Zeg gerust waar je last van hebt, en probeer uit wat voor jou de beste en prettigste oplossing is, zodat je meer van je eten kunt genieten. Dat is niet alleen fijn, maar ook beter voor je gezondheid.