



# ratgeber

Conrad · Nuber · Gärtner  
hal·nase·n·oh·ren·praxis

## Zungenbrennen

Das Symptom Zungenbrennen (Burning-mouth-Syndrom) bezeichnet Missempfindungen, Schmerzen und Brennen an der Zungen- oder Mundschleimhaut. Häufigste Ursachen sind mechanische Belastungen durch Zungenpressen, Zungenreiben an Zahnkanten oder schlecht sitzenden Zahnprothesen oder auch Zungenautomatismen wie Saugen oder Pressen. Gegenüber diesen durch auffällige Verhaltensmuster hervorgerufenen Symptomen ist das Zungenbrennen als Ausdruck von Lokal- oder Allgemeinerkrankungen viel seltener und praktisch nie Ausdruck von bösartigen Erkrankungen.

Bei Vorliegen von Schleimhautveränderungen können folgende Ursachen vorliegen: Infektion mit Bakterien, Viren oder Pilzen, allergische Reaktion, Irritation durch Scheuern an den Zähnen, trockene Schleimhaut wegen vermindertem Speichelfluss oder Mundatmung, Vitamin B oder Eisenmangel. Oft ist jedoch keine Ursache ersichtlich.

In der angloamerikanischen Literatur kennt man dieses Beschwerdebild als Burning Mouth-Syndrom, übersetzt als «Brennendes Mund-Syndrom». Die Patienten leiden oft schon sehr lange an diesen Beschwerden. Das Brennen beginnt meist auf der Zunge und kann sich dann auf die gesamte Mundschleimhaut ausdehnen, oft verbunden mit einem salzigen oder metallischen Geschmack. Gelindert werden diese Symptome häufig durch Essen von milden Speisen. Am häufigsten sind Personen über 50 Jahre betroffen, mehrheitlich Frauen. Da das Brennen eine Art «Schmerz» darstellt, kann es bei betroffenen Patienten ähnlich wie bei chronischen Schmerzpatienten zu Veränderungen wie Angst, Unruhe oder sogar depressiven Verstimmungen führen.

Bei Patienten mit Zungen- oder Mundbrennen hat man herausgefunden, dass sich die Geschmackspapillen der Zunge verändert haben, sodass eine erhöhte Empfindlichkeit gegenüber Hitze, Alkohol sowie scharfen Speisen wie z.B. Chili entsteht. Bei regelmässiger Reizung dieser Schleimhaut findet eine Desensibilisierung statt, was auch die Tatsache erklärt, dass asiatische Völker, welche regelmässig scharf gewürzte Speisen essen, weniger empfindlich darauf reagieren.

Ist die Ursache des Brennens bekannt, so wird die Krankheit dementsprechend behandelt. Bleibt die Ursache unklar, kommen diverse symptomatische Therapien in Frage. Spülen des Mundes mit Salbeitee, die Anwendung von Speichellockern (z.B. zuckerfreie Bonbons) oder das Befeuchten des Mundes mit Emsersalz-Pastillen, glycerinhaltigen Bonbons oder mit künstlichem Speichel. Zudem kann eine Desensibilisierung z.B. mit Tabasco durchgeführt werden.