



**Kurz und schmerzlos** Für eine Diagnose nimmt der Arzt einen Abstrich vom Belag. Falls nötig, schickt er diesen in ein Labor

## ORALE CANDIDOSE

# Pilzbefall im Mund

Wie man **weißen Belag** auf der Zunge am besten behandelt, was die Erkrankung auslösen kann und wie man vorbeugt, weiß Dr. Viktor Karapetian

Es kommt zur Pilzinfektion, wenn die Mundflora aus dem Gleichgewicht gerät



Dr. med. dent.  
Viktor Karapetian,  
Leitender Zahnarzt des  
Carree Dental in Köln

➔ Zuerst fallen kleine weiße Pünktchen auf der Zunge oder der Mundschleimhaut auf. Es brennt ein wenig und fühlt sich unangenehm pelzig an. „Viele Menschen spüren die Beschwerden vor allem beim Essen oder Trinken“, sagt Dr. Viktor Karapetian, leitender Zahnarzt des Carrée Dental in Köln. Er weiß auch, was an den Problemen schuld ist: eine sogenannte orale Candidose, auch unter dem Namen Mundsoor bekannt.

„Oft wird der Soor von dem Keim *Candida albicans* ausgelöst. Er ist ein natürlicher Besiedler unseres Körpers, unter anderem der Mundflora. Gerät diese aber aus dem Gleichgewicht, kann es zu einer störenden Pilzinfektion kommen.“

**Diagnose.** Tritt der typische weiße Belag im Mund auf, sollte man zum Haus- oder Zahnarzt gehen, um eine Diagnose stellen zu lassen. Sie dauert nur wenige Sekunden: Mit einem Wattestäbchen nimmt der Arzt einen Ab-

strich im Mund. Lässt sich die weiße Schicht leicht abwischen und kommt darunter eine gerötete Schleimhaut zum Vorschein, die eventuell sogar blutet, weist das auf den Pilz hin. „Man kann den Abstrich auch ins Labor schicken“, sagt Dr. Karapetian. „Aber das ist nur in seltenen Fällen nötig, um die Diagnose zu sichern.“

## Ernährung anpassen

Die Therapie ist genauso simpel wie die Diagnosestellung. „Normalerweise verschreibe ich den Patienten Antimykotika, das sind Medikamente, die gezielt Pilze angreifen. Lutschtabletten sind hier für viele Betroffene die angenehmste Form. Je nach Stärke des Befalls nimmt man drei bis vier Tabletten täglich über fünf bis zehn Tage hinweg ein.“ Während der Behandlung sollte man zucker- und hefehaltige Lebensmittel meiden, rät der Experte, denn sie bieten den Pilzen eine gute Nahrungsgrundlage. Nach etwa einer Woche wird kontrolliert, ob die Medikamente wirken.

**Auslöser.** Die gute Nachricht: Meist sind kurzfristige Faktoren an der Entstehung einer oralen Candidose schuld. „Antibiotika oder großer Stress etwa können das Gleichgewicht der Mundflora stören“, warnt der Zahnarzt. Aber es gibt auch längerfristige Auslöser, die man im Blick behalten sollte, wie einen Diabetes mellitus. Vorsicht auch bei Zahnprothesen: Sitzen sie nicht gut, bildet sich z.B. in den Mundwinkeln leicht ein feuchtwarmes Milieu, in dem sich der Pilz ausbreiten kann. Hier hilft ein Besuch beim Zahnarzt, um den Zahnersatz anzupassen.

Sollte ein Mundsoor häufiger vorkommen, lohne es sich, den Immunstatus beim Hausarzt abklären zu lassen, rät Dr. Karapetian. „Das geht ganz schnell mit einem Blutbild.“ Denn ist die körpereigene Abwehr geschwächt, hat der Pilz ein leichtes Spiel.



Der Pilz *Candida albicans* löst den Mundsoor meist aus



**Symptom** Weißer Belag im Mund- und Rachenraum weist auf eine Infektion hin