

Aphten

Aphten sind kreisrunde bis ovale, scharf begrenzte offene Stellen der Mundschleimhaut. Die kleinen meist nur linsengroßen Geschwüre sind mit einem weißlichen Belag bedeckt und von einer hochroten Randzone umgeben. Häufig bilden sie sich auf weichem Gewebe, also an der Innenseite der Lippen und Wangen sowie in der Umschlagfalte, selten am Gaumen oder im Rachen.

Die kleinen entzündeten Areale sind sehr schmerzhaft. Vor allem beim Essen werden die Beschwerden stärker und behindern die Nahrungsaufnahme. Sie treten meist einzeln oder in Grüppchen zu zweit oder dritt auf und heilen nach etwa ein bis zwei Wochen ohne Narben zu hinterlassen von selbst ab.

Eine einzeln auftretende Aphte ist häufig Folge eines mechanischen Traumas.

In Gruppen auftretende Aphten haben eine hohe Rezidivneigung, das heißt sie neigen



dazu, in

unregelmäßigen Abständen ständig wieder aufzutreten. Manche Patienten leiden oft über Jahrzehnte immer wieder mal daran. Dabei sind in erster Linie Jugendliche und jüngere Erwachsene weiblichen Geschlechts davon betroffen.

Aphten sind nicht ansteckend und müssen von der sogenannten Mundfäule unterschieden werden. Diese betrifft meist kleine Kinder, wird durch das Herpes simplex- Virus hervorgerufen und ist infektiös.

Die Ursache von chronisch- rezidivierenden Aphten ist nicht geklärt. Neben genetischen und konstitutionellen Faktoren (familiäre Häufung) werden Stress, Malfunktion des Verdauungstraktes, sowie hormonale Einflüsse (Menstruationszyklus, Schwangerschaft) diskutiert.

Ebenso könnten erniedrigte Vitamin B 12 -, Eisen - und Folsäurewerte im Blutspiegel sowie eine schlechte Immunabwehr während Erkältungskrankheiten das gehäufte Auftreten von diesen Mundschleimhauterosionen verursachen.

Auch allergieartige Schleimhautreaktionen auf Nüsse, Zitrusfrüchte, Tomaten sowie diverse Lebensmittelzusatzstoffe werden vermutet.

Zur Behandlung der schmerzhaften Aphten eignen sich Haftsalben, die entzündungshemmend und lokal betäubend wirken. Auch adstringierend wirkende Mundspülungen oder Sprays auf Kräuterbasis fördern die Wundheilung, die ätherischen Öle wirken desinfizierend.

Ein altes Hausmittel ist auch Bienenhonig, der mehrmals täglich auf die betroffenen Stellen aufgetupft seine entzündungshemmende Wirkung zeigt.