

## Woher kommt das Zungenbrennen?

*Seit zirka fünf Jahren leide ich an einer «brennenden» Zunge. Von Zeit zu Zeit sind die Zungenspitze und -ränder sehr stark gerötet. Der Hausarzt wie auch ein Hals-, Nasen- und Ohrenspezialist verschrieben Tinkturen, Gurgelwasser, Lutschtabletten und Gel. Woher kommt das Zungenbrennen? Womit könnte eine Besserung erzielt werden?*

R. P. IN L.

**Dr. med. Monica Conrad, FMH für Hals-, Nasen- und Ohrenkrankheiten, Hals- und Gesichtschirurgie, Belegärztin Klinik St. Anna, [www.hno-praxis.ch](http://www.hno-praxis.ch):**

Zungenbrennen, manchmal schmerzhaft, manchmal mit pelzigem Gefühl verbunden, entweder an der Zungenspitze oder am Zungenrand mit wechselnder Rötung auftretend, das sich bei Einnahme gewisser Nahrungsmittel (heiss, sauer, würzig) verstärken kann, ist eine häufige Klage in der Alltagspraxis. Diese Symptome können in jedem Lebensalter auftreten, betreffen aber dabei besonders Frauen in der zweiten Lebenshälfte, häufig während der Wechseljahre. Die Ursachenfindung ist in aller Regel äusserst schwierig. Abgeklärt werden müssen lokale (beispielsweise scharfe Nahrungsmittel, Zahnpasta), externe (Allergene, chemische Dämpfe) und interne (gastrointestinale, endokrinologische, medikamentöse) Ursachen, weswegen eine aufwändige Ausschlussdiagnostik erforderlich ist. Nicht selten tritt Zungenbrennen ohne Rötung auch als Begleitsymptom einer verborgenen Depression auf, dann oft verbunden mit Mundtrockenheit. Bei Zungenbrennen mit und ohne Schleimhautrötung sollte man zunächst einmal den Zustand der Zähne kontrollieren und feststellen, ob unterschiedliche Metalle als Zahnfüllungen verwendet wurden. Im Weiteren ist abzuklären, ob eine Nahrungsmittelallergie oder Störungen im Magen-Darm-Trakt vorliegen. Auch eine Refluxkrankheit kann zu Zungenbrennen führen.

Ist die Zunge normal feucht, aber schmerzhaft und gerötet, so sollte eine Blutuntersuchung durchgeführt werden, um eine bestimmte Form der Anämie (Blutarmut) auszuschliessen.

Eine gerötete und trockene, brennende Zunge wird bei Diabetes, Speicheldrüsenerkrankungen und Eisen- sowie Vitaminmangelkrankungen beobachtet. Ein Zungenabstrich kann klären, ob unter Umständen eine Pilzkrankung (Soor) vorliegt. Darüber hinaus ist Zungenbrennen bekannt bei übermässigem Alkohol- und Nikotingenuss.

Die vielen aufgeführten Ursachen zeigen bereits, dass eine genaue, interdisziplinäre Abklärung des recht häufigen Beschwerdebildes notwendig ist und dass eine einheitliche Therapie nicht verordnet werden kann. Zu empfehlen ist in jedem Fall das Meiden von scharfen und heissen Speisen. Mundspülungen mit beispielsweise Bepanthen-Lösung können die Beschwerden lindern, therapieren jedoch nicht die Ursache. Nur in seltenen Fällen ist eine befristete Therapie mit zentral wirksamen Schmerzmitteln notwendig.