

Blister i munden

Hvad er blister i munden ?

Blister (blegner, after, aftøs stomatit) er næst efter karies og paradontose den hyppigste sygdom i munden. Ca. 20 % af befolkningen lider i perioder af disse smertefulde sår i munden. Størelsen af sårene kan variere fra få mm til flere cm og varigheden af sårene kan også variere meget - fra få dage og op til flere uger. Sårene heler af sig selv, men på grund af smerterne, gør de det bl.a. svært at tale og spise, hvorfor de i høj grad påvirker patienternes sociale adfærd. Sygdommen vil som regel starte i barndommen eller i puberteten og ikke sjældent i forbindelse med udbrud af skoldkopper. Hos de patienter som får blister i munden, vil udbruddenes hyppighed variere meget.

Selve ordet "blister" eller "blegner" er egentlig lidt misvisende, idet de aldrig viser sig som sådan, men altid som gullige sår, der oftest vil være omgivet af en rødlig zone. Sygdommen blev navngivet af Hippokrates ca. 400 år f. Kr. og ordet "after" betyder "at sætte ild". Dette er interessant, da patienterne som regel vil opleve en brændende fornemmelse, før der kommer egentlige sår.

Hvor sidder blisterne ?

De typiske blisterne sidder aldrig på selve tandkødet eller i den hårde gane. Hvis dette er tilfældet, vil der være tale om sår af andre årsager.

Hvad skyldes blister i munden?

De seneste undersøgelser peger i retning af, at blisterne hos mange skyldes, at en ellers slumrende virus inden for herpesfamilien (dog ikke herpes simplex virus, som giver forkølelæssår og herpes på kønsdelene) vækkes til live.

Hvad kan provokere blister i munden ?

Der er mange fødemidler, som kan udløse sårene. Det drejer sig typisk om gammel ost, chokolade, nødder, tomater og diverse frugter - interessant nok de samme ting som kan udløse migræne anfald. Herudover vil mekaniske traume typisk udløse sårdannelserne, f. eks. ved for kraftig tandbørstning eller hvis man kommer til at stikke sig med en gaffel el. lignende. Enkelte patienter har vitamin og/eller jernmangel, hvilket i givet fald vil forværre sygdommen. Blister kan også forekomme hos patienter med gluten-allergi (coeliaki) og blister, der sidder atypiske steder kan være første symptom på den kroniske tarmsygdom - Crohn's sygdom.

Er blister arvelig ?

Ja.

Hvordan stilles diagnosen ?

Diagnosen baseres på klinikken - dvs., hvor sidder sårene (aldrig på selve tandkødet eller i den hårde gane), de kommer og går, heler af sig selv, er arveligt betinget og kan udløses af typiske ting, som ovenfor anført. Rutinemæssige laboratorieundersøgelser såsom vævsprøve, skrab eller podning har absolut ingen værdi mht. at stille diagnosen.

Smitter blister i munden ?

Nej.

Kan man forebygge udbrud af blister i munden?

Daglig indtagelse af urte-vitamintabletten LongoVital gennem nogle måneder vil hos langt de fleste patienter føre til en markant reduktion i antallet af udbrud og mange vil blive helt fri for blisterne.

Hvis man ikke opnår den ønskede virkning med LongoVital, findes der andre former for medicin på recept, som mange hårdt plagede kan have gavn af, men ingen af disse er dog videnskabelig undersøgt. Generelt må man dog sige, at ingen præparater er effektive hos alle patienter, hvilket bl.a. gør sygdommen til en specialist-affære.

I sjældne tilfælde kan der være tale om B-vitamin eller jern mangel. Hvis der er tale om sådanne mangeltilstande - og kun da -, vil tilskud af disse bedre sygdommen.

Anvendelse af tandpasta uden sæbestoffet natriumlaurylsulfat (SLS - bl.a. Zendium tandpasta) vil også hos nogle reducere antallet af udbrud. På det seneste har Zendium lanceret en serie bestående af 3 produkter: en tandpasta, en gel og en mundspray (zendium salivaserien). Indledende observationer har vist en forebyggende virkning af denne, men produktets virkning er endnu ikke videnskabelig dokumenteret.

Tobaksrygning medfører iøvrigt en veldokumenteret bedring af sygdommen. Således dukker blisterne enten op eller forværres i høj grad hos patienter, som holder op med at ryge.

Hvad gør man, når først blisterne er kommet ?

Der findes en del mundskyllevæsker, som virker desinficerende og dermed fremmer helingen af sårene. Klorhexidin er nok det mest anvendte, men det har den ulempe, at det misfarver tænderne efter et stykke tids brug. Betasept, som indeholder en smule jod, er et udmærket alternativ og misfarver ikke tænderne. En anden desinficerende mundskyllevæske, som heller ikke misfarver tænderne er Hexoral. For samtlige skyllevæsker gælder, at de - ud over at anvendes til mundskylning, er en god ide, at duppe den koncentrerede opløsning direkte på sårene, efter at have tørret dem af med en vatpind.

Visse typer af antibiotika kan opløses og også anvendes mod sårene.

Diverse lokalbedøvende midler virker dulmende på smerterne, men har kun kortvarig effekt og fremmer ikke egentlig helingen af sårene.

En binyrebark mundsalve på recept (Kenalog) fremmer helingen, men mange synes den er ubehagelig at bruge, da den giver en grynet fornemmelse i hele munden.

Prognose

Nogle "vokser" sig fra sygdommen, mens den hos andre forværres med alderen. Altså ikke det samme mønster for alle patienter.

Af Anne Pedersen, Specialtandlæge, lic. et dr. odont.