

# Burning Mouth Syndrome



Examensarbete av Birgitta Mollstedt

Akupunkturakademin Grupp 24

November 2013

mollstedt@hos.sandnet.se

# **Innehållsförteckning**

**1. Inledning**

**2. Bakgrund enligt västerländsk medicin**

**3. Min tolkning enligt traditionell kinesisk medicin (TKM)**

**4. Sammanfattning**

**5. Slutord**

**6. Referenser**

## 1. Inledning

I mitt dagliga arbete som legitimerad Tandhygienist möter jag ibland patienter som besväras av en brännande känsla på tungan. Innan undersökning och behandling går jag alltid igenom anamnes och medicinering med patienten. Om patienten inte äter några mediciner som kan ge denna biverkning, eller att kontroll av tungan och övriga munslemhinnor inte visar på oral lichen planus, candida eller någon form av malignitet, eller att patienten lider av brist på t.ex. B12 eller järn, så brukar patienten få diagnosen "Burning Mouth Syndrome" (BMS). Det jag då kan göra för patienten är att informera om att det inte är farligt, att undvika starka kryddor och maträtter som gör besvären värre, samt att försöka acceptera och stå ut eftersom besvären kan försvinna lika fort som de dykt upp. Men tyvärr kan det också bli ett långvarigt problem för en del.

Under mina studier på akupunkturakademin har jag funderat på att diagnostisera detta fenomen enligt Traditionell kinesisk medicin, och förhoppningsvis kunna öppna upp för möjligheten att kunna erbjuda ett alternativ till behandling för detta smärtsamma och obehagliga tillstånd. Speciellt som vi inte har så mycket annat att erbjuda inom odontologin.

## 2. Bakgrund enligt västerländsk medicin

Typiskt för BMS (Burning Mouth Syndrome) eller munsveda är att man har en ofta symmetrisk brännande känsla framför allt på tungan, men ibland också på läppar och i gommen. Känslan kan hålla på hela tiden eller vara varierande och bli starkare när man äter varm eller kryddad mat och om man blir stressad. En utlösande faktor kan vara tungpressning, och är då oftast en del av parafunktionellt beteende i ett stressrelaterat spänningstillstånd i huvud och – halsregionen. Man kan också ha andra symtom som hör ihop med BMS t.ex. torr mun och en obehaglig bitter smak i munnen. Syndromet är vanligare hos kvinnor, och bryter vanligtvis ut i klimakteriet eller senare.

Man känner inte riktigt till vad som är orsaken till syndromet. På senare tid har forskningsresultat antytt att förmedlingen av smak- och värmeimpulser från tungan till hjärnan är förändrad hos de som lider av syndromet. Man antar att det leder till smärta, obehagskänslor och en brännande känsla i munnen. Symtomen kan hänga ihop med förändringar i kroppens hormonproduktion, och man kan samtidigt besväras av trötthet och

depression. B12 brist bör uteslutas och patienten bör kontrolleras regelbundet hos tandläkare eller tandhygienist. Munsvedan blir ofta värre om munnen är torr, det är därför viktigt att dricka mycket vatten, tugga tuggummi sötat med xylitol och använda munfuktgel i skölj- eller sprayform. Om man kan se att tungpressning förekommer så kan eventuellt rörelseträning och en tunn mjuk plasticskena hjälpa patienten.

Precis som vid andra kroniska smärttillstånd så kan en liten dos antidepressiv medicin hjälpa. Man kan också prova KBT (kognitiv beteende terapi) för att försöka lära sig leva med smärtan då BMS är ett långvarigt tillstånd. Undersökningar har visat att alfaliponsyra kan minska BMS-symtomen. Den rekommenderade dosen är 200 mg tre gånger dagligen i en månad, därefter en gång per dag.

### **3. Min tolkning enligt Traditionell kinesisk medicin (TKM).**

Enligt Traditionell kinesisk medicin öppnar sig hjärtat i tungan. Brännande känsla på tungan kan dvs. brännande som eld kan man enligt TKM benämna som eld eller hetta i hjärtat. Så här har jag resonerat kring orsaken till varför eld i hjärtat kan uppkomma.

I Njurarna finns vår ursprungliga qi och essenser som ett slags livsbatteri, och allteftersom vi blir äldre så minskar dessa. För att ha en perfekt hälsa behöver man ha balans mellan Yin och yang , kyla och värme i kroppen. Njurarnas yin är ursprunget till allt yin i kroppen och när njurarnas yin minskar så minskar även hjärtats yin, vilket medför att hjärtats yang ( värmen) stiger och kan bilda eld på tungan . Detta på grund av att yin inte orkar förankra yang. Eld och hetta rör sig ju som bekant uppåt och visar sig ofta i övre delen av kroppen. Eftersom eld och hetta konsumerar kroppsvätskor så är det också en förklaring varför man ofta upplever muntorrhet i samband med BMS.

BMS kan tolkas som yinbrist och tomhetshetta vilket också är vanligaste diagnosen hos kvinnor med klimakteriebesvär.

Enligt "Wu xing", fem elementsteorin så ska vatten kontrollera eld. Om vatten (njuren) är för svagt och inte orkar kontrollera elden(hjärtat) så tar elden överhanden.

Magen tenderar också till hetta och kan visa sig som blåsor i munnens slemhinna, gom och runt läpparna. Men när det gäller diagnosen BMS så har patienten retningsfria slemhinnor dvs. inga blåsor eller sår. Patienter med BMS som jag undersökt har oftast en rödare tunga utan beläggning vilket pekar på just yinbrist. Då det är vanligt med nedstämdhet/depression och bitter smak i munnen så relaterar det också till hjärtat. Min slutsats blir därför att BMS troligtvis beror på yinbrist i njurarna som då påverkar hjärtat .

Leverhetta och stagnerad leverqi kan också vara en bakomliggande orsak och utlösa BMS. Stress påverkar övre rygg och nacke då vi drar upp axlarna mot nacken, spänner och pressar ihop käkarna och pressar tungan (som ju också är en muskel) mot tänder och gom. När vi stressar och har konstant mycket att göra så påverkas hjärtat och levern som då "överhettas" av för mycket yang. För att vi ska kunna stressa av, somna på kvällen och komma i balans så lånar njurarna ut yin till lever och hjärta vilket till slut leder till yinbrist i njurarna.

Min slutsats blir därför att BMS troligtvis beror på yinbrist i njurarna som ger tomhetshetta och då påverkar hjärtat som öppnar sig i tungan och där manifesterar sig som en brännande känsla.

#### **4. Sammanfattning**

Burning Mouth Syndrome är ett mycket smärtsamt tillstånd om än ofarligt. Det påverkar den drabbade på många olika plan då det blir svårt att äta och även påverkar det sociala livet med depression som följd.

Grundhypotesen i den nu pågående forskningsstudien av Jontell, Hägglin m.fl. på Sahlgrenska i Göteborg är att BMS är kopplat till stress då symtomen vanligtvis visar sig efter klimakteriet och drabbar ofta högpresterande, ambitiösa kvinnor.

Som TKM-akupunktör kan man hjälpa patienten genom att stärka de organ som har brister, minska tomhetshettan och öka vätskor i detta fall saliven, samt lugna och minska patientens stress och oro.

#### **Några exempel på punktval:**

Stärka Nj yin med punkterna: Nj 3, Ub 23, Mj 6, Ren 4

Lugna shen: Hj7, Du 20, Sishencong

Stärka hjärtats yin: Hj6, Ub:15,43

Hjärtats luo-punkt :Hj 5 som speciellt påverkar tungan.

Torr mun: Nj 6, Ren 23,24

Man kan också lägga till :Pe 8 för att minska hettan i munnen.

Tj4 och Le 3 "the four gates" för att cirkulera och skingra lever qi-stagnation.

**Kostråd enligt TCM** som svalkar och stärker yin: Dricka grönt te och äta mera av mat som svalkar t.ex. selleri, rättika, äpple, gurka, vattenmelon och banan.

Ett annat tips värt att prova är att krossa en vitlöksklyfta och forma den till en 5-kronas storlek. Tejpa fast den på Nj 1 under fotsulan och låt sitta några timmar.

## 5. Slutord

Under min studietid på akupunkturakademien så har jag fått ett helt annat perspektiv på hur man kan tänka kring olika patienters sjukdomar och besvär som jag möter på tandkliniken. Det har gett mig nya redskap och behandlingsstrategier som ger hopp om att kunna hjälpa de som lider av t.ex. BMS. Det viktigaste är dock att ställa rätt diagnos för varje patient och behandla därefter, då varje patient är unik. Något som känns speciellt bra med TKM och akupunkturbehandling är att man slipper skriva ut läkemedel som t.ex. antidepressiv medicin som har många kända biverkningar (muntorrhet bl.a.) och dessutom är kostnadseffektivt.

## 6. Referenser

"Munhålans sjukdomar" *Jontell M*

"BMS: Will better understanding yield better management" *Maltsman-Tseikhin*

"Kinesisk läkekonst, Del 1" *Pöyhönen R*

"The foundations of Chinese medicine" *Maciocia G*

"Forskning om munhälsa" Magasin från FTV Västra Götaland och Sahlgrenska akademien

"Kinesisk kostlära" *Torssell P*

"A manual of Acupuncture" *Deadman P*

Anteckningar från lektioner på Akupunkturakademien ht 2010- vt 2013

*Lärare: Jan Lindborg, Peter Torssell och Elisa Liao*