



Nur was man sieht kann man auch behandeln.

Kiefergelenksprobleme = Cranio-Mandibuläre-Dysfunktion

**Therapie durch:
„Funktionsanalyse“ und „Funktionstherapie“
in Verbindung mit manueller Therapie**

Wachen Sie auch manchmal morgens auf und beim ersten herzhaften Mund öffnen, zum Beispiel beim Gähnen, haben Sie das Gefühl der Mund geht nicht richtig auf? Es knackt und knirscht oder schmerzt im Bereich der Wangen? Wenn dem so ist, dann haben Sie einen Großteil der Nacht mit Zähneknirschen oder Pressen verbracht. Hat sich vielleicht Ihr Partner/Partnerin schon über Ihre nächtlichen Aktivitäten beschwert? Dann sind Sie ein Kandidat für eine Funktionsanalyse. Hat Ihr Orthopäde bei Ihnen Verspannungen und Blockierungen in Schulter-Nackengebiet diagnostiziert? Auch dann kann eine Funktionsanalyse und Funktionstherapie notwendig sein und helfen.

Symptome:

Schmerzen als Leitsymptom:

Im Kiefer/Gesichtsbereich werden Schmerzen von vielen Menschen als besonders unangenehm empfunden. Hier liegen viele Strukturen (Zähne, Muskeln, Gehörgang, Kieferhöhle usw.) nahe beieinander, die Ursache für Schmerzen sein können. Die Schmerzen strahlen häufig aus, d.h. sie sind nach kurzer Zeit nicht mehr genau zu lokalisieren. Wichtigste Aufgabe von uns ist es festzustellen woher die Beschwerden kommen.

Kiefergelenkgeräusche:



Kiefergelenkgeräusche wie Knacken oder Reiben treten meist beim Kauen oder Mundöffnen auf und können manchmal sogar so laut werden, dass sogar Fremde sie hören. Wir hören Ihren Gelenkbereich mit einem Stethoskop ab um auch die leisen Geräusche zu erkennen und richtig zu deuten. Jedoch nicht jedes Geräusch ist auch behandlungsbedürftig.

Eingeschränkte Unterkieferbewegungen:

Eine eingeschränkte Mundöffnung oder Bewegungsstörungen bei der Öffnung und Schließung fallen oft erst beim Essen eines Brötchens oder beim Beißen in einen Apfel auf. Bei einer Kieferklemme nach einer Entzündung eines Weisheitszahnes zum Beispiel

kann der Mund kaum mehr geöffnet werden.

Ebenfalls zu einer Kieferklemme kann es durch Gelenkveränderungen oder Muskelerkrankungen kommen. Auch Verletzungen (Bluterguss) können der Grund sein.

Überbeweglichkeit:

Ein sogenanntes „Ausrenken“ des Unterkiefers bei weiter Mundöffnung, zum Beispiel beim Gähnen, verhindert ein Schließen des Mundes.

Gelenkentzündung:

Eine Arthritis kann im Rahmen einer rheumatischen Erkrankung oder nach Gelenkverletzungen auftreten.

Zähneknirschen oder Pressen:

Mit den Kaumuskeln können große Kräfte freigesetzt werden, welche die Zähne, den Zahnhalteapparat und das Kiefergelenk erheblich belasten können. Körpereigene Schutzmechanismen greifen meist nicht ein, um diese Belastung zu vermeiden. Beim Zähneknirschen wird häufig ihr Lebenspartner erstmalig darauf aufmerksam machen, da vor allem nachts im Schlaf geknirscht wird. Pressen auf den Zähnen geschieht geräuschlos, es führt jedoch zu Verspannungen der Muskulatur. Nach nächtlichem Knirschen oder Pressen wacht man häufig mit Schmerzen im Bereich der Kaumuskulatur und des Kiefergelenkes auf.

Ohrgeräusche (Tinnitus):

Auch der Tinnitus wird mit Problemen im Bereich des Kiefergelenkes in Verbindung gebracht. Er erklingt oft in Zeiten großer seelischer Belastung und wird mit einer Überlastung des Kiefergelenkes in Verbindung gebracht. Hierfür gibt es jedoch keine gesicherten wissenschaftliche Erkenntnisse. Mit sogenannten Pivot-Schienen versucht man, das Kiefergelenk zu entlasten. Dies ist jedoch nur manchmal von Erfolg gekrönt.

Ursachen:

Bei ungestörter Funktion haben die Zähne in den 24 Stunden des Tages zusammengekommen nur etwa 30 min. direkten Kontakt miteinander. Die Muskulatur hat also lange Erholungszeiten zur Verfügung. Werden diese Ruhepausen durch andauernde Muskelspannung erheblich eingeschränkt, können Schmerzen die Folge sein. Auslöser für solche Anspannungen können Störungen in der Verzahnung, Zahnfehlstellungen, zu hohe oder zu tiefe Füllungen, Zahnlücken im Seitenzahnbereich, langandauernde Zahnbehandlungen, das Zahnziehen, Operationen in Vollnarkose, Unfälle oder Haltungsschäden im Bereich Schulter und/oder Nacken durch Arbeitsplatz bedingte Fehlhaltungen sein.

Die häufigste Ursache liegt jedoch in falsch hergestelltem Zahnersatz wie zum Beispiel Kronen, Brücken oder Prothesen. Vor allem wenn diese zu hoch sind, versucht die Muskulatur diese Zähne nachts durch Knirschen auf die richtige Höhe zu bringen. Gelingt dies nicht, sind die Folge die schon beschriebenen Probleme. Leider ist es jedoch meistens nicht so einfach, dass nur ein Problem die Ursache ist, sondern mehrere Dinge zusammenkommen. Unser Körper ist extrem anpassungsfähig, das heißt auch das Kiefergelenk und die Muskulatur. Wird dieses Gleichgewicht jedoch durch irgendetwas gestört, kippt es und es kommt zu Problemen. Circa 80 % der Menschen leiden an einer geringfügigen Störung des Systems, ohne jede Symptomatik. Nur rund 3-5 % der Menschen haben so heftige Beschwerden, dass sie den Zahnarzt aufsuchen. Von diesen wiederum sind ca. 79 % junge Frauen. Hier spielt vor allem der Stress eine große Rolle.



Keine Angst:

Kiefergelenks- und Muskelbeschwerden können zwar sehr schmerzhaft sein, sind aber praktisch nie gefährlich oder gar lebensbedrohlich.

Was kann ich selbst tun ?

- Schonung
Dies bedeutet Vermeidung aller harten und krustigen Nahrungsmittel.
- Stressabbau
Durch autogenes Training zum Beispiel für einen erholsamen Schlaf
- Muskelübungen
Selbstmassage und Übungen nach Anleitung
- Schlafhaltung
Seiten- und vor allem Bauchlage sind ganz schlecht bei KG-Problemen, Rückenlage evtl. mit einem Nackenkissen ist am besten.
- Allgemeinbefinden
Eine gesunde Lebensführung, gute Ernährung und soziale Kontakte stärken den allgemeinen Zustand des Körpers.
- Untersuchung beim spezialisierten Zahnarzt.
Ein gut ausgebildeter Zahnarzt besitzt die Tätigkeitsschwerpunkte „Funktionsanalyse und Funktionstherapie“, damit er sich gezielt um die Problematik kümmern kann.
- Kein Kaugummi, wenn doch, max. 15 min. nach dem Essen.



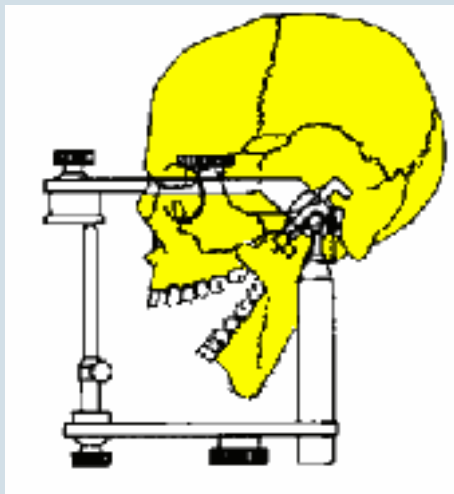
- Therapie bei einem speziell ausgebildeten Physiotherapeuten.
- Die vom Zahnarzt verordnete Aufbisschiene korrekt und regelmäßig tragen.

Untersuchungen:

Begonnen wird mit der Erhebung einer besonders umfangreichen Anamnese, die sich in mehrere Bereiche aufteilt. Zuerst wird eine allgemeine Anamnese über sonstige Erkrankungen erhoben. Danach wird eine Schmerzanamnese erhoben. Es folgt eine genaue Inspektion der Zähne und der Muskulatur.

Gesichtsbogenübertragung zur Festlegung der Position des Oberkiefers

Nun wird eine klinische und darauf folgend eine instrumentelle Funktionsanalyse durchgeführt. Hierfür benötigt der Zahnarzt Modelle von Ihren beiden Kiefern, Röntgenaufnahmen, eine Gesichtsbogenübertragung, sowie Registrare über das Zueinander Ihrer Zähne. In wirklich fortgeschrittenen Fällen wird evtl. noch eine Kernspinaufnahme notwendig. Nach einer gründlichen Befundaufnahme im Mund werden die Daten mit den Ergebnissen aus der Modellanalyse verglichen und eine Diagnose erstellt. Diese Diagnose entscheidet über den weiteren Verlauf der Behandlung.



Artikulator als künstliches Kiefergelenk

Die gestellt Diagnose kann Cranio-Mandibuläre-Dysfunktion (CMD) lauten. Das heißt: Es liegt eine Störung im System Zähne, Muskulatur und Kiefergelenk vor.

Therapie:

Je nach Art und Schweregrad der Kiefergelenkerkrankung sowie der mit betroffenen Strukturen können folgende Therapieansätze einzeln oder in Kombination zum Tragen kommen.

- Physikalische Therapie
- Mit Kälte oder Wärme sowie mit Ultraschallbestrahlung kann Linderung erzielt werden.
- Aufbisschiendentherapie
- Mit herausnehmbaren Kunststoffschienen, die je nach Diagnose entweder nur nachts oder aber auch rund um die Uhr getragen werden, versucht man, das Kiefergelenk günstig zu beeinflussen und die Muskulatur zu entspannen. Meist werden diese Schienen im Oberkiefer getragen.



Aufbisschiene aus transparentem Kunststoff

- Krankengymnastik (Wir arbeiten mit der Praxis Seidenberg eng zusammen Tel. 07721 56286)
- Sogenannte manuelle Therapie
- Medikamente gegen die Schmerzen, eine eventuelle Entzündung und zur Muskelentspannung

Jetzt informieren:

Noch besser: Lassen Sie sich persönlich beraten!
Vereinbaren Sie jetzt Ihren persönlichen Beratungstermin. Wählen Sie

07721 55040

