

# Was tun bei Kieferschmerzen?

## ZAHNMEDIZIN Innovative Therapieansätze bei Craniomandibulärer Dysfunktion (CMD)

VON ROMY DECH

Kieferschmerzen können durch unterschiedliche Erkrankungen und Fehlbelastungen ausgelöst werden. Neben zahnmedizinischen Ursachen können seelische Belastungen, neurologische Gründe, orthopädische Probleme und sogar Herzprobleme für die Schmerzen verantwortlich sein.

Wenn eine Fehlfunktion im Bereich der Kiefergelenke und/oder Kaumuskulatur vorliegt, spricht man von der Craniomandibulären Dysfunktion (CMD). Typische Beschwerden sind Schmerzen beim Gähnen oder Kauen, Kopfschmerzen, Ohrgeräusche sowie weitere Symptome wie Schwindel, Seh- und Schlafstörungen, Nacken- oder Rückenbeschwerden.

**Stress-Symptomatik kann zu Folgeerkrankungen führen**

Zu den häufigsten Ursachen für eine CMD gehört Stress den der Körper mit nächtlichem Zähneknirschen und -pressen zu kompensieren versucht. Doch auch Kieferfehlstellungen, Zahnverlust, falsch sitzender Zahnersatz und Störungen am Zahnhalteapparat können zu einer CMD führen. Meist bedingen sich die auslösenden Faktoren gegenseitig, und die Frage nach „Huhn oder Ei“ ist nicht leicht zu klären ist. So ist vorrangig wichtig, die permanente Fehlbelastung zahnmedizinisch symptomatisch mit einer individuellen Zahnschienen-therapie zu behandeln, um einer Verschlimmerung vorzubeugen.

Gleichzeitig sollten sich Patienten darum kümmern, die ihrer individuellen CMD zugrundeliegenden Probleme zu beheben, um ein Fortschreiten der Erkrankung zu verhindern, denn:

Das Kiefergelenk sowie die Kaumuskulatur sind mit den

anderen Muskelketten des Kopf-, Hals- und Nackenbereichs verbunden. Durch die Überlastung der Kaumuskulatur gerät das komplette Muskelsystem aus dem Gleichgewicht. Folgen einer unbehandelten CMD sind nicht selten extreme Abnutzungserscheinungen der Zahnhartsubstanz mit entsprechend nachfolgenden medizinischen Problemen sowie unklare Rücken- oder Knieprobleme.

### **Begleittherapien, computergestützte Diagnostik und Biofeedback**

Zusätzlich zur Zahnschiene können Wärmekompressen zur Entspannung der Kiefermuskulatur beitragen. Bestehen bereits Entzündungen, können Kältekompressen Linderung verschaffen. Harte Kost und Kaugummikauen sollten tabu sein. Begleitende Physiotherapie, osteopathische oder orthopädische Therapien, ggf. auch neurologi-

sche oder psychotherapeutische Behandlungen, sind je nach individuellem Störungsbild empfehlenswert.

Vor Beginn der zahnärztlichen Behandlung und Schienenverordnung bei CMD sollte eine umfangreiche Diagnostik mit computergestützter Funktionsanalyse der Kieferbewegungen, durchgeführt werden. Neben der symptomatischen Schienenbehandlung stehen neuerdings auch Schienensysteme zur Verfügung, die mit Biofeedback arbeiten. Mittels dieser lernt der Patient unbewusst, das schadhafte Verhalten zu vermeiden. Entsprechende Systeme erweisen sich als extrem wirkungsvoll, zählen aber zu den Privatleistungen. Bevor Patienten sich für die Herstellung einer solchen individuellen Schiene der neuesten Generation entscheiden, können sie deren Wirkung mit einer günstigen standardisierten „To go“- Variante testen.

→ @ [die-olderburger-zahnaerzte.de](https://www.die-olderburger-zahnaerzte.de)



**Romy Dech**  
Zahnärztin

BILD: MARITA HEEREN

