

Knacken, Reiben, Verspannungen und noch viel mehr - Das Mysterium Kiefergelenk

Wer kennt die Aussagen „Beiß dich durch!“ oder „mit Biss“ nicht?

Heutzutage sind Schmerzen und Beschwerden im Kiefergelenkbereich ein nicht unübliches und oftmals unterschätztes Problem.

Gerade bei besonderen Stresssituationen äußern sich Beschwerden als Ohrgeräusche, Nackenbeschwerden, Spannungskopfschmerzen oder Knirschen und Knackgeräusche im Gelenk. Diese Beschwerden haben oftmals einen direkten Bezug zum Kiefergelenk und den umgebenden muskulären Strukturen.

Bei den Betroffenen herrscht ein enormer Leidensdruck. Die Patienten fühlen sich oftmals nicht ernst genommen, da diese Art der Beschwerden subjektiver Natur ist und oftmals fälschlich oder gar nicht diagnostiziert wird.

Als wichtigster Ansprechpartner dienen in diesem Fall die Orthopäden, Kieferorthopäden und Zahnärzte.

Beschwerden wie Kiefergelenkknacken, Schmerzen im Bereich des Kiefergelenks, Halswirbelsäulenbeschwerden, muskuläre Verspannungen im Bereich des Kiefergelenks, Spannungskopfschmerzen sowie Nackenbeschwerden sind Symptome einer als Craniomandibulären Dysfunktion (CMD) zusammengefassten Erkrankung. Die CMD ist ein Sammelbegriff für eine Vielzahl von Beschwerden im Kopf,- Hals- und Nackenbereich, deren muskulärer und knöcherner Strukturen sowie des Kiefergelenks selber. Oftmals gibt es ebenfalls ein unliebsames Knacken, wobei dieses durch unterschiedlichste Gründe hervorgerufen werden kann. Ebenfalls wird ein Zusammenhang zwischen Ohrgeräuschen, Kopfschmerzen, Migräne und Kiefergelenkbeschwerden diskutiert.

Ein kurzer Exkurs zur Anatomie des Kiefergelenks: Das Kiefergelenk ist aufgebaut aus einem festen und einem beweglichen Anteil. Zwischen den knorpelüberzogenen, knöchernen Strukturen liegt eine Knorpelscheibe als Puffer, der sogenannte Diskus articularis. Gehalten wird das Kiefergelenk und der Diskus von einem festen Kapsel-Bandapparat, umgeben von einer Vielzahl muskulärer Strukturen. Ebenfalls wird das Kiefergelenk von vielen Nerven und Gefäßen versorgt, welche oftmals für eine Ausstrahlung in unterschiedliche Bereiche, wie z.B. der Halswirbelsäule sorgen.

Viele Patienten, deren Biss nicht stimmt, weisen oftmals Beschwerden im Nacken-Schulter sowie Kiefergelenkbereich selbst auf. Dies kann Auswirkungen auf die gesamte Statik des Körpers haben. Man kann sich den gesamten Körper als Marionette vorstellen, die Fäden sind in diesem Fall die Bänder und der Muskelapparat. Gibt es eine Störung bzw. Dysbalance in einem Kompartiment, wirkt sich dies auf den gesamten Körper und die gesamten anderen Bereiche aus. Demzufolge Nacken-Schulterbeschwerden, Spannungskopfschmerzen, Ohrgeräusche, sowie ungleicher Becken- und Beinsetzung in einem falschen Zusammenbiss der Zähne resultieren. Ebenfalls kann eine Beeinträchtigung des Kiefergelenks zu einer „schiefen Haltung“ führen. Betroffene fühlen sich dann laut eigenen Angaben „nicht symmetrisch“. Ein falscher Zusammenbiss bzw. eine Rücklage des Unterkiefers kann ebenfalls ursächlich für ausgeprägtes Schnarchen sein.

Mit geschultem Blick und speziellen diagnostischen Verfahren ist auch der vermeintliche Störfaktor schnell entdeckt. Mittels einiger Handgriffe kann man oftmals zügig und sicher die Ursache der Beschwerden herausfiltern und ob diese einen Zusammenhang zwischen dem Zusammenbiss haben oder nicht. Wichtig ist jedoch maßgeblich den „Teufelskreis“ der muskulären Verspannung zu durchbrechen, um nicht immer wieder in die alte, beschwerdeverursachende Position zu gelangen. Dies erfolgt mittels genauer Untersuchung und Testung muskulärer und bänderbezogenen Strukturen in Kombination mittels manueller Therapie.

Die korrekte Behandlung erfordert eine interdisziplinäre Zusammenarbeit mit Physiotherapeuten, Osteopathen und Orthopäden. Diese Behandlung wird, nachdem der „Störfaktor“ entdeckt wurde, mit einer speziellen Schienentherapie im Unterkiefer kombiniert. Je nach Diagnose wird eine spezielle, den Bedürfnissen und Beschwerden entsprechende Aufbisschiene hergestellt. Diese muss abhängig von der Art der Schiene unterschiedlich getragen werden.

Dies kann zu völliger Beschwerdefreiheit führen.

Für weitere Informationen hilft Ihnen ihr Kieferorthopäde oder Zahnarzt gerne weiter.



Dr. Tahmina Allrath
Fachzahnärztin für Kieferorthopädie
[www. grinsekatz-kfo.de](http://www.grinsekatz-kfo.de)
Grinsekatz Kieferorthopädie
Praxis Dr. Uta Böttcher
Wallstraße 19
31535 Neustadt am Rübenberge