

## **Craniomandibuläre Dysfunktion - wenn der Kopf schmerzt und die Zähne daran Schuld sind**

*Kopf- und Nackenschmerzen, verspannte Schultern und Schwindelanfälle kommen nicht unbedingt von einem stressigen Alltag. Die wenigsten Betroffenen sehen die Verbindung von Zähnen zu diesen Symptomen. Im Folgenden erfahren Sie mehr über CMD*

Wo liegen die Ursachen?

Die häufigste Ursache für CMD sind Behandlungen an den Zähnen, wie Füllungen oder Kronen. Durch den Verlust der "Verzahnung" ändert sich die Position des Kiefers, was den Nachteil bringt, dass die Funktion des Mundes und der Zunge gestört werden. Betroffene Patienten werden im Sprechen, Trinken, Essen und Atmen erheblich eingeschränkt. Wenn die Abläufe der Kau-Öffnungs-Schluckbewegung nicht mehr funktionieren, versucht der Körper die Funktionen am Laufen zu halten, indem er die Anspannungen auf andere Muskelpartien überträgt. Dies führt über Verspannungen und einem "steifen Nacken" bis hin zu schweren Entzündungen. Aber nicht nur Zahnbehandlungen können der Auslöser für CMD sein. Auch Stresssituationen, Zahnverlust oder langjährige Fehlstellung der Zähne können Ursache sein.

Wie erkennt man CMD?

Der Name dieser Krankheit setzt sich aus dem Wort Cranium für Schädel und Mandibula für Kiefer zusammen, das bedeutet, dass es sich um eine Kopf-Kiefer-Störung handelt. Daher liegt es da, dass das verbreitetste Merkmal ist ein spannender Kopfschmerz ist, der vom Hinterkopf ausgeht und sich über den Nacken bis zu den Schultern ausweiten kann. Auch das Kiefergelenk kann schmerzen und es können sogar Gelenkgeräusche auftreten. Ein weiterer Hinweis auf CMD ist Zahnknirschen und häufiges starkes Aufeinanderpressen der Zähne. Bei fortgeschrittenen Fällen kann es auch zu einer Kiefersperre kommen, das bedeutet, der Patient bekommt den Mund kaum noch auf.

Vorstellung der Zahnarztpraxis Hinkelmann

Die Zahnarztpraxis Bremen Hinkelmann garantiert, mit langjährigem praktischem Wissen und der Berücksichtigung moderner Technologien und Entwicklungen in der Zahnmedizin, alle Patienten zufrieden zu stellen. Sie sind stets auf dem aktuellen Stand der Wissenschaft um den Wünschen ihrer Patienten bestmöglich gerecht zu werden. Ihr Ziel ist es, nahezu alle zahnmedizinischen Leistungen professionell und bestens ausgestattet anbieten zu können und dabei gleichzeitig hohen Ansprüchen der Ästhetik gerecht zu werden. Zudem verfügt die Praxis über eine High-Tech-Ausstattung, die sich in den höchsten Hygienestandards befindet. Zu ihrem Konzept gehören die regelmäßige Fort- und Weiterbildungen der Mitarbeiter und Zahnärzte im Rahmen der fachlichen Qualifikation, sowie ein gepflegtes und ansprechendes Ambiente. Ihre fachlichen Qualifikationen, soziale Kompetenz und führende technische Standards sowie langjährige Erfahrung garantieren die Umsetzung der Vorstellungen ihrer Patienten. Die Zahnarztpraxis befindet sich im Norden von Bremen, direkt im Bremer Stadtteil Lesum und ist somit sehr leicht zu erreichen.

Interview mit Zahnarzt Thomas Hinkelmann

WUP: Was versteht man unter Craniomandibulärer Dysfunktion?

Herr Hinkelmann: Die CMD ist eine Erkrankung, die sich aus Kiefergelenksstörungen und muskulären Störungen zusammensetzt. Sie tritt in der Regel durch eine Fehlstellung der Zähne oder des Unterkiefers auf und äußert sich durch Kopfschmerzen und Verspannungen im Schulter-Nackengebiet, Wirbelsäulenverstellungen oder sogar durch Bandscheibenvorfälle.

WUP: Woran erkennt man als Patient, dass man CMD hat?

Herr Hinkelmann: Man kann der Entstehung auf die Spur kommen, indem man sich selbst beobachtet. Wenn man morgens mit einem Druck vor dem Ohr, Kopfschmerzen oder ähnlichem aufwacht ist der erste Verdacht auf CMD schon gegeben. Ein weiteres Merkmal ist, wenn man die Zähne aufeinander presst, selbst wenn dabei kein Geräusch entsteht, doch auch das Knirschen ist ein Anzeichen. Diese Erkrankung kann ohne größere Beschwerden verlaufen, jedoch kann sie gravierende Schmerzen auftreten, beispielsweise starke Rückenschmerzen. Dies kann bei sehr später Erkennung dazu führen, dass unnötige Operationen durchgeführt werden. Sollten die genannten Symptome auftreten, fragt man am besten seinen Zahnarzt um Rat. Natürlich ist der erste Gedanke bei Rückenbeschwerden einen Orthopäden aufzusuchen, doch diese sind oftmals "zahnblind", das bedeutet sie behandeln nur lokal und suchen nicht nach der direkten Ursache. Doch manche Orthopäden haben eine so gute Kommunikation zu Kieferorthopäden, dass sie die Problematik erkennen und den Patienten zur Weiterbehandlung in eine kieferorthopädische Praxis überweisen.

WUP: Was sind die Ursachen von CMD?

Herr Hinkelmann: Die CMD kann sich bemerkbar machen, wenn im Kindesalter die ersten Zähne durchbrechen, wenn frühzeitige Karies die Stützbogen der Zähne einengen oder wenn die Zähne längerfristig nicht versorgt wurden. Es kommt auch vor, dass selbst Zahnärzte nicht ganz unschuldig sind, wenn sie Füllungen oder Kronen machen und diese zu niedrig sind, kann dies ebenfalls zu Problemen und Entstehung von CMD führen. Ein häufiger Grund der Entstehung ist Stress, da viele Menschen in Stresssituationen unbewusst die Zähne aufeinander pressen, um so mentalen Druck abzubauen.

WUP: Welche Therapieformen gibt es bei CMD?

Herr Hinkelmann: In der CMD-Therapie wird versucht, den Biss durch eine spezielle Schienentherapie zu normalisieren, damit das Verhältnis von Oberkiefer zu Unterkiefer eine reguläre Stellung einnimmt und das Kiefergelenk entlastet wird. Manchmal reicht es aus, wenn eine Knirscherschiene eingesetzt wird, denn so blockiert man den Knirschmechanismus. In den meisten Fällen ist es aber so, dass man gezielter eingreifen muss und die optimale Stellung des Kiefers eingestellt werden muss, um die Problematik zu beheben. Oftmals ist die Behandlung schnell vorbei, doch es gibt Fälle, in denen der Zahnarzt und der Patient viel Geduld brauchen und neben der zahnärztlichen Behandlung noch eine Physiotherapie von Nöten ist.

WUP: Welche Maßnahmen beugen einer CMD-Erkrankung vor?

Herr Hinkelmann: Die lebenslange Betreuung durch einen guten, fachkundigen Zahnarzt von Kindesalter an. Dadurch wird schon in jungen Jahren sichergestellt, dass der Zahndurchbruch ungestört verläuft, dass kieferorthopädische Maßnahmen frühzeitig ergriffen werden und erkrankte Zähne kurzfristig behandelt werden. Wird der Patient gut betreut, sollte die CMD nur in Ausnahmefällen eintreten.

WUP: Zahlen die gesetzlichen Krankenkassen eine CMD-Behandlung?

Herr Hinkelmann: Nein, die gesetzliche Krankenkasse übernimmt nicht die vollen Kosten einer CMD-Therapie. Meist zahlt sie die Knirscherschiene, aber alles was darüber hinausgeht benötigt eine Zahnzusatzversicherung.

WUP: Vielen Dank!

Kontakt

Zahnarztpraxis Thomas Hinkelmann  
Lesumer Heerstraße 46 - 50b  
28717 Bremen  
Telefon 0421 637017  
Mail: mail@zahnarztpraxisbremen.de

Web: <http://zahnarztpraxisbremen.de/craniomandibulaere-dysfunktion>

### **Pressekontakt**

Zahnarztpraxis Bremen Hinkelmann

Herr Thomas Hinkelmann  
Lesumer Heerstraße 46 ? 50b  
28717 Bremen

[zahnarztpraxisbremen.de/craniomandibulaere-dysfunktion](http://zahnarztpraxisbremen.de/craniomandibulaere-dysfunktion)  
[mail@zahnarztpraxisbremen.de](mailto:mail@zahnarztpraxisbremen.de)

### **Firmenkontakt**

Zahnarztpraxis Bremen Hinkelmann

Herr Thomas Hinkelmann  
Lesumer Heerstraße 46 ? 50b  
28717 Bremen

[zahnarztpraxisbremen.de/craniomandibulaere-dysfunktion](http://zahnarztpraxisbremen.de/craniomandibulaere-dysfunktion)  
[mail@zahnarztpraxisbremen.de](mailto:mail@zahnarztpraxisbremen.de)

Seit 1977 bieten wir in Bremen die bestmögliche Zahnmedizin an, sind mehrfach zertifiziert und ausgezeichnet und freuen uns auch Sie bei uns begrüßen zu dürfen.

Anlage: Bild

