



Immer mehr knirschen mit den Zähnen

Immer mehr knirschen mit den Zähnen

80 Prozent der Zahnärzte hierzulande beobachten eine Zunahme von Knirschen und Pressen mit den Zähnen (Bruxismus). Für die Auswertung hat die Bundeszahnärztekammer insgesamt 1.600 Zahnärzte befragt. Das Zähneknirschen findet überwiegend nachts statt, bei manchen Betroffenen aber auch tagsüber. Nach Erkenntnissen vieler Zahnmedizinern sind die Ursachen für das Knirschen meist psychosomatisch oder stressbedingt. Das Mahlen, Kauen und Knirschen ist eine enorme Belastung für den gesamten Kieferknochenapparat und wirkt sich negativ auf die Gesamtgesundheit aus. Durch Bruxismus wird wertvolle Zahnschmelz abgenutzt und im Zahnschmelz können Risse entstehen. Schlimmstenfalls brechen sogar ganze Stücke aus den Zähnen raus. Zudem sind Schäden an Zahnfleisch und Kieferknochen möglich. Bei schwerwiegenden Fällen kommt es zu Verspannungen (sogar im Bereich der Nacken- Rückenmuskeln) und zu Schmerzen der Kiefermuskulatur. Die Verspannungen können Kopf- und Rückenschmerzen verursachen. Sogar ein Tinnitus (Klingeln, Geräusche im Ohr) kann Folge des Knirschens sein und in extremen Fällen können Patienten den Mund gar nicht mehr vollständig öffnen.

Nach den Zahlen der Bundeszahnärztekammer sind 8 bis 15 Prozent der Frauen und 3 bis 10 Prozent der Männer vom Knirschen betroffen. Am häufigsten tritt Zähneknirschen in der Altersgruppe der 35- bis 45-jährigen auf. "Die Ursachen für das Zähneknirschen sind oftmals komplex und vielfältig, deshalb sollte auch die Behandlung an mehreren Stellen gleichzeitig ansetzen", erläutert Carsten Öztan von der Zahnklinik Berlin. Starke Schmerzen können durch Medikamente und Physiotherapie beseitigt werden. Für gute Ergebnisse sorgen individuell angefertigte Kunststoffschienen. Diese Schienen sollten nachts getragen werden. Somit wird weiteres Mahlen und Kauen verhindert. Die Muskulatur und der gesamte Kieferapparat können sich entspannen. Sollte sich dadurch keine Besserung einstellen, sollte über eine Stressbehandlung nachgedacht werden. Denn in den meisten Fällen liegen die Ursachen von Bruxismus in Stress im Berufs- und Privatleben. Hilfreich können Anleitungen zum Umgang mit Stress sein. Als Vorbeugung aber auch zur Behandlung bereits auftretender Symptome dienen Entspannungstechniken, autogenes Training oder Yoga.

Nicht immer ist jedoch Stress die Ursache dieser Leiden. In manchen Fällen können auch Kronen oder Füllungen zu hoch oder die Bisslage gestört sein. Ob dies der Fall ist, kann der Zahnarzt leicht feststellen.

"Ganz gleich welche Symptome auftreten oder welche Ursachen in Frage kommen, Patienten, die mit den Zähnen knirschen, sollten sich frühzeitig in Behandlung begeben. Nur so können die schwerwiegenden Folgen des Bruxismus rechtzeitig verhindert werden", empfiehlt Carsten Öztan von der Zahnklinik Berlin.

Pressekontakt

Zahnklinik Ost

Herr Carsten Öztan
Dörpfeldstraße 46
12489 Berlin-Adlershof

zahnklinik-ost.de
kontakt@zahnklinik-ost.de

Firmenkontakt

Zahnklinik Ost

Herr Carsten Öztan
Dörpfeldstraße 46
12489 Berlin-Adlershof

zahnklinik-ost.de
kontakt@zahnklinik-ost.de

Das gesamte Spektrum dentaler Behandlungen und Beratung an 7 Tagen pro Woche bietet die moderne Zahnklinik der Brüder Carsten und Jürgen Öztan in Berlin-Adlershof und Berlin-Marzahn. Die zahnmedizinischen Dienstleistungen reichen von Kieferorthopädie und Implantologie durch "digitale Volumentomographie", bis zu Mund-, Kiefer-, Gesichtschirurgie und ästhetischer Zahnmedizin. Zusätzlich bieten die Dentalprofis Sprechstunden und Informationen für Angstpatienten und entsprechen damit dem steigenden Beratungsbedarf in der Bevölkerung: Rund 20% der Bundesbürger haben Angst vor dem Zahnarztbesuch, 5% meiden den Besuch gänzlich. Neben therapeutischer Unterstützung offerieren die Brüder Öztan alternative Behandlungsmethoden wie Hypnose oder Anästhesie.