



Wenn Schmerzen ein Fall für den Zahnarzt sind

Die Ursache von Kopfschmerzen, Schwindel, Verspannungen im Rücken und Nacken bleibt oft lange unklar: Sie kann im Bereich des Kiefers liegen. Ein Selbsttest gibt Aufschluss.

Kopfschmerzen oder Nackenverspannungen sind oft von einer gestörten Funktion im Zusammenspiel von Ober- und Unterkiefer begleitet. Die medizinische Bezeichnung dafür heißt „craniomandibuläre Dysfunktion“, kurz CMD. Diese Fehlfunktion kann sich auf Nachbar- wie auch auf entfernte Organe auswirken.

Viele Ursachen für CMD

Die Ursachen für CMD können vielfältig sein: Fehlstellungen der Zähne, fehlende Zähne sowie fehlerhafte Füllungen oder Zahnkronen. Ebenso kann eine gestörte Funktion der Kiefergelenke sowie der Kiefer- oder Kaumuskulatur CMD verursachen. Angewohnheiten wie Lippenpressen, Wangensaugen, Kauen auf Stiften, Nuckeln oder das oft stressbedingte Zusammenbeißen der Zähne sind häufige Auslöser.

Oftmals verursachen sie Verspannungen der Kaumuskulatur und Schmerzen, die sich auch auf andere Körperregionen wie Nackenmuskulatur, Rücken und Becken übertragen. Typisch für eine craniomandibuläre Dysfunktion sind Schwierigkeiten beim Kauen, schmerzhaftes Knackgeräusche im Bereich vor dem Ohr und bei einigen Patienten Einschränkungen der Mundöffnung und Schmerzen. Bleibt die Funktionsstörung unbehandelt, kann sie zur chronischen Schmerzerkrankung werden.

Testen Sie selbst

Für Diagnostik und Behandlung gibt es bewährte Hilfsmittel. Neu ist



Für Schmerzen und Verspannungen kann eine Fehlfunktion im Zusammenspiel von Ober- und Unterkiefer verantwortlich sein.

der Selbsttest für Patienten: ein fachlich bewährter, einfacher Test mit Anleitung, der auf einer Software enthalten ist. Die Anleitung verbindet kurze Demonstrations-Videos und erläuternde Texte mit einer Auswertungsfunktion für die Anwendung des Tests zu Hause. Die Auswertung erfolgt auf Kopfdruck. Die Software gibt's zum Download kostenlos im Internet unter www.CMDcheck.de.

„Der zahnmedizinische Laie kann mit dem Selbsttest abschätzen, ob Anzeichen für eine CMD vorliegen. Wenn ja, kann er einen Bericht für den Zahn-

arzt ausdrucken“, erklärt Prof. Dr. Holger A. Jakstat vom Zentrum für Zahn-, Mund- und Kieferheilkunde der Universität Leipzig. Gemeinsam mit Privat-Dozent Dr. M. Oliver Ahlers vom CMD-Zentrum Hamburg-Eppendorf hat er den Test und die Software entwickelt. Der Zahnarzt kann das Testergebnis überprüfen und wenn nötig eine weiterführende Diagnostik und Therapie einleiten.

Weitere Informationen finden Sie unter www.run-dum-zahngesund.de, der Homepage der Sektion Zahngesundheit im Deutschen Grünen Kreuz e. V. ■