Kiefergelenkstörungen nicht ignorieren!

Erschienen am 26.07.2012

Auch Zahnärzte können Physiotherapie verordnen

Bochum, 26. Juni 2012. Haben Sie Schulter-Nackenverspannungen, Schwindel, Kopfschmerzen, Ohrgeräusche oder ein knackendes Kiefergelenk? Dann leiden Sie wahrscheinlich unter einer Kiefergelenkstörung, der sogenannten cranio-mandibulären Dysfunktion (CMD). Hauptursache sind Über- oder Fehlbelastun¬gen der Kaumuskulatur. Aber auch Stress oder nächtliches Zähneknirschen können die Beschwerden auslösen. Da die Auslöser von Schmerzen, Knacken und Fehlfunktionen komplex sind, werden die Symptome oft verkannt. Zudem wissen Patienten und einige Zahnärzte häufig nicht, dass physiotherapeutische Maßnahmen wirksam helfen können. „Wurden Kiefergelenkstörungen diagnostiziert, haben Zahnärzte oder Kieferorthopäden die Möglichkeit, Physiotherapie zu verordnen“ erklärt Ute Repschläger, Vorsitzende des Bundesverbands selbstständiger Physiothe¬rapeuten – IFK e. V. „Manuelle Therapie oder Krankengymnastik können dafür sorgen, Schmerzen zu reduzieren und die Beweglichkeit zu verbessern.“

Bei Kiefergelenkstörungen ist die Gelenkverbindung zwischen Ober- und Unter¬kiefer nur eingeschränkt funktionstüchtig. Das Kiefergelenk ist eines der komplizier¬testen Gelenke im ganzen Körper. Es ist unter anderem für Vorwärts-, Rückwärts- und Seitwärtsbewegungen des Unterkiefers zuständig. Bereits kleine Veränderungen in diesem Bereich können einen großen Einfluss auf den gesamten Körper haben. Daneben werden Symptome wie Muskelverspannungen oder Kopfschmerzen leicht mit einem Halswirbelsäulen-Syndrom verwechselt.

Nach der (zahn-)ärztlichen Diagnose führt auch der Physiotherapeut einen ausführlichen Befund durch: Die Untersuchung schließt das gesamte Kausystem, die Muskulatur, Halswirbelsäule und Zähne ein, um eventuelle Ursachen der Störung zu entdecken. So umfangreich die Gründe für Kiefergelenkstörungen sein können, so vielfältig sind auch die Behandlungsmethoden. Am effektivsten zeigen sich Techniken der Manuellen Therapie und krankengymnastische Übungen, die zur Mobilisierung der Gelenkstrukturen und Koordination der Muskulatur beitragen. Auch spezielle Entspannungs¬techniken helfen, die überbeanspruchten Muskeln zu entlasten. „Zudem ist die Anlei¬tung zu Eigenaktivitäten entscheidend, um das Zusammenspiel verschiedener Muskelgruppen langfristig positiv zu beeinflussen“, so Ute Repschläger.

Außer einem systematischen Hausübungsprogramm erhalten die Patienten eine individuelle Beratung zur Erkrankung. Zusätzlich zu physiothera¬peutischen Maßnahmen kann eine Aufbiss-Schiene notwendig sein, die beim Zahnarzt angepasst wird. Eventuell wird auch eine Zahnbehandlung beim Kieferorthopäden/-chirurgen nötig. Ute Repschläger: „Hier ist eine enge Zusammenarbeit zwischen den Berufsgruppen gefragt, um Beschwerden zu lindern.“