

Craniomandibulären Dysfunktion (CMD)

Fast jeder zweite Deutsche, der schon einmal einen Zahnersatz oder eine kieferorthopädische Behandlung erhalten hat, wird früher oder später mit einer Erkrankung konfrontiert: die Craniomandibuläre Dysfunktion (CMD). Dabei handelt es sich um eine Funktionsstörung im Zusammenspiel von Zähnen und Kiefergelenken.

Früher kamen die Kopfschmerzen noch vom Kopf. Nackenschmerzen rührten vom Nacken her und Rückenschmerzen vom Rücken. Tatsächlich hatten diese Probleme früher nur selten etwas mit dem Kiefer zu tun. Doch heute ist das anders. Eine Fehlstellung der Kiefergelenke kann zum Beispiel von einem nicht optimal angepassten Zahnersatz verursacht werden und kann zu den vorgenannten Schmerzsymptomen führen. Auch Migräne, andauernde Müdigkeit und Zähneknirschen können Folge einer CMD sein. Noch vor einigen Jahren wurden für Brücken und Kronen weiche Materialien, etwa Gold, verwendet. Im Gebrauch passte sich dieser Zahnersatz mit der Zeit dem Biss an. Heute ist der Zahnersatz auf Haltbarkeit und Ästhetik optimiert. Viele Vorteile bringt das verwendete, moderne und ultraharte Material mit sich – allerdings auch den Nachteil, dass es sich nicht, bei nicht optimaler Anpassung an das Gebiss, selbst mit der Zeit dem Biss seines Trägers anpasst. Der Kiefer versucht über seine Gelenke diesen Störfaktor auszugleichen und ändert die Bisslage. Diese entspricht dann allerdings nicht mehr der physiologisch korrekten Position. Die Folge: CMD.

GEMEINSAME SACHE

In vielen Fällen werden die Symptome einer Craniomandibulären Dysfunktion behandelt, ohne der tatsächlichen Ursache auf den Grund zu gehen. Gymnastik, Akupunktur, Chiropraktik und schmerzhemmende Medikamente lindern zwar kurzfristig die Schmerzen, beseitigen aber das eigentliche Problem nicht. Wichtig ist, dass die CMD erkannt und behandelt wird. Der Zahnarzt kann die CMD diagnostizieren. Er kann auch den Zahnersatz neu anpassen, wenn dies die Ursache der Erkrankung ist. Vor allem kann er aber auch den Kiefer neu justieren und damit die physiologisch richtige Bisslage wieder herstellen. Er kann jedoch nicht bereits eingetretene Folgeschäden behandeln. Um Verspannungen und Verhärtungen in der Muskulatur zu beheben, um Nacken und Rücken wieder zu stärken und um die durch die CMD beeinträchtigte Körperhaltung wieder in ihre richtige Form zu bringen, bedarf es der Fähigkeiten und der Erfahrung eines Physiotherapeuten. Dass Zahnarzt und Therapeut bei der gesamten Behandlung der CMD daher eng zusammenarbeiten sollten, ist keine Schwäche des einzelnen Experten seines Fachgebietes, sondern die logische und einzig richtige Konklusion zum Wohle des Patienten. Denn nur so lässt sich die CMD effektiv und nachhaltig beseitigen.

DIE DIAGNOSE

Wie vor jeder Behandlung, die zu einem Erfolg führen soll, steht auch bei der CMD am Anfang erst einmal eine fundierte Diagnose. Da ist es nicht mit einem einfachen „Bitte einmal kräftig zubeißen“ getan. Mit modernster 3D-Technik nimmt der Zahnarzt eine Kiefermessung vor, die verlässliche Informationen über die Bewegungsabläufe von Ober- und Unterkiefer liefert. Es werden verifizierbare Daten ermittelt, die einen klaren Nachweis erbringen, ob die vermutete Fehlstellung der Kiefergelenke tatsächlich vorliegt. Diese Daten ermöglichen nicht nur die zielgenaue Diagnose, sondern werden auch innerhalb der Therapie immer wieder herangezogen.

DIE THERAPIE

In den ersten Behandlungsschritten beseitigt der Zahnarzt den Umstand, der zur CMD geführt hat. Währenddessen setzt auch bereits die Arbeit mit dem Physiotherapeuten ein. Dabei kontrolliert der Arzt immer wieder die ersten Therapie-Erfolge. Im Anschluss an die ersten, in der Regel sechs Behandlungen ist ein präventives Rückentraining empfehlenswert. So kann der bisherige Therapie- Erfolg auch dauerhaft gehalten werden. Das Training, zu dem ein individuelles Bewegungs- und Kräftigungsprogramm gehört, stellt nicht nur das Gleichgewicht aller haltungsrelevanten Muskelgruppen her, sondern vermittelt dem Patienten auch Hintergrundwissen über die Anatomie, Psychologie, Ernährung und über Sport. Wenn das Rückentraining abgeschlossen ist, kann man durch ein gezieltes und abgestimmtes Personal-Training Rückschritte vermeiden. So unangenehm die Symptome einer CMD auch sind, zeigt sie doch eines deutlich auf: Nämlich wie effektiv es sein kann, wenn Experten unterschiedlicher Fachbereiche eng zusammenarbeiten.