

## Zahn-Kieferprobleme: Merkblatt für Patienten

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

Nachdem wir heute gemeinsam mit Ihnen Ihre Beschwerden untersucht und analysiert haben, sind wir zu dem Schluß gekommen, dass Probleme aus dem Zahn- Kieferbereich eine wesentliche Rolle bei Ihrem Krankheitsbild spielen. Weist man die Patienten darauf hin reagieren viele mit dem spontanen Ausruf: „Ich hab doch gar keine Zahnschmerzen“ oder „Bei mir wurden gerade für viel Geld alle Zahnschäden behoben!“ - beides schützt leider nicht davor, von hier aus geärgert zu werden.

Die Kieferregion ist neben dem Hals/Nackenbereich eine der wichtigsten und störungsanfälligsten Teile des Bewegungsapparates. Das wundert eigentlich kaum, bedenkt man, welche komplexe Aufgaben hier zusammenkommen: Neben der Nahrungsaufnahme und -zerkleinerung dient diese Region zum Sprechen, Atmen, und last not least als Gegenzügel zu den Nackenmuskeln. Schließlich ist er 'ganz nahe am Kopf', was seinen Störungen eine große Durchschlagskraft gibt. Entwicklungsgeichtlich finden sich hier mit die ältesten Strukturen.

Wir kennen den 'Nackenschlag' und das 'Zähne zusammenbeißen'; manche Menschen knirschen nachts mit den Zähnen, anderen ist das dauernde Kaugummikauen zur Beschäftigung ihrer Kaumuskeln schon zur zweiten Natur geworden. All diese Indizien weisen darauf hin, daß sich hier mehr abspielt, als man auf den ersten Blick meinen mag.

Unterschwellige Reizungen aus der Kau- Kieferregion können zu Störungen beitragen, die weit davon entfernt sind: mancher 'Tennisellenbogen', etliche 'Herzschmerzen' und nicht wenige Schwindel- und Kopfschmerzprobleme werden erst dann erfolgreich behandelbar, wenn diesem Faktor Rechnung getragen wurde.



Nicht immer schmerzt der Zahn direkt - so wie hier von Wilhelm Busch dargestellt...

Wenn der Zahn-Kieferbereich unsere Aufmerksamkeit auf sich gezogen haben, kann das mehrere Ursachen haben:

- gewisse **Beschwerderegionen** legen Zusammenhänge mit Zahnproblemen nahe. Das trifft auf viele Formen von Schulterschmerzen und Ellenbogenbeschwerden zu, aber auch auf gewisse Kopfschmerzformen.
- Der **zeitliche Verlauf** kann Hinweise geben: wenn ein Patient berichtet, die Beschwerden hätten einige Tage nach dem Anpassen neuer Kronen oder einer neuen Prothese begonnen, wird man hellhörig.
- Bestimmte Schmerztypen lassen daran denken. Hierzu gehören Schmerzen, die sich über Tage hinziehen, dabei nicht von Haltung oder Belastung abhängig sind, dann aber wieder ganz verschwinden.
- Auf unseren **Röntgenbildern** kann man einen Teil der Zähne erkennen. Das sind keine gezielten Zahnaufnahmen (weshalb es auch wenig Sinn hätte, sie Ihnen für den Zahnarzt mitzugeben), aber manch 'dickes Ei' sieht man. Manchmal fertigen wir dann spezielle Panorama- Aufnahmen an, um diese Dinge besser beurteilen zu können.
- Schließlich gibt es auch typische **Tastbefunde**: Ein Hals, der von vorn aus dem Zahn- Kieferbereich geärgert wurde, fühlt sich anders an als ein Hals, der 'nur' Blockierungen aufweist. Die Verspannung der Kaumuskeln kann gut getastet werden, wenn man weiß, wo.
- Oft werden diese Probleme erst virulent, wenn Anderes dazukommt. So können Unfälle oder Entzündungen eine vorher nur unterschwellige Kau- Kieferproblematik zum Aufflackern brachten.

**Was kann nun die Ursache derartiger Beschwerden sein?**

Aus unserem Blickwinkel eines Nicht- Zahnarztes ist das schwer zu sagen. Man kann nur einen gewissen Verdacht äußern; wir geben nie exakte Anweisungen, das ist nicht unsere Kernkompetenz.

Unserer Erfahrung nach kommen folgende Probleme in Frage:

- Nicht passende Zahnreihen oben und unten. Das kann daran liegen, daß Zähne nicht gut aufeinander passen (Überbiß, Unterbiß, Kreuzbiß), daß eine prothetische Versorgung zu sperrig ist (zu hohe Plomben oder Kronen) oder daß durch gezogene und nicht ersetzte Zähne eine Lücke entstanden ist und die Zähne dahinter gekippt sind oder ganz fehlen.
- Vor sich hin schwelende Konflikte: Hierzu gehören zum Beispiel sekundäre Karies- Herde unter Plomben, Granulome (Entzündungen) an Zahnwurzeln, Reizungen an schon ausgebohrten Zahnkanälen und ähnliches.
- Ist der Kiefer relativ klein (was heute bei fast  $\frac{3}{4}$  der Menschen der Fall ist), kann auch das zu Problemen an den sogenannten 'Weisheitszähnen' führen. Dabei muß man diese gar nicht in der Mundhöhle sehen; nicht selten liegen sie dann so gekippt hinten drin, daß sie die ganze Zahnreihe verschieben. Die oberen Weisheitszähne ragen zum Teil in die Kieferhöhle und verursachen hier Reizungen.
- Schließlich – und Sie werden sich wundern warum so spät – sei auch noch auf die viel verteufelten Amalgamplomben eingegangen. Sie können durchaus Probleme machen, aber nur unter gewissen Voraussetzungen:
  - ⇒ Wenn sie schlampig angefertigt sind: keine gute Unterfüllung haben, nicht nachpoliert wurden etc.
  - ⇒ Wenn verschiedene Metalllegierungen in einem Gebiß verwendet wurden: teils Amalgam, teils Gold etc.
  - ⇒ Wenn die Verwendung von Amalgam technisch nicht sinnvoll war: weil z.B. die Karies die gesamte Kaufläche erfaßt hatte und so kein Seitenhalt mehr da ist.
  - ⇒ Last not least auch bei individueller Überempfindlichkeit. Dies ist aber bei der relativ kleinen Gruppe der amalgam- bedingten Störungen wiederum nur eine Minderheit und wird zur Zeit eher überschätzt.

Eswäre schön, könnten wir ganz aufs Amalgam verzichten. Was heute als Ersatz angeboten wird, ist aber entweder teuer (Gold) oder nicht immer ideal für Kauflächen (Kunststoff) bzw. schwer zu verarbeiten (Keramik, Titan). Neuere Verbundmaterialien, die Keramikpartikel und Kunststoff kombinieren, scheinen eine gute Alternative zu sein; man muß Augenmaß bewahren und sich mit dem Zahnarzt seines Vertrauens um eine Lösung bemühen.

Die Schwermetallbelastung durch Umwelteinflüsse ist allemal größer als die durch eine *fachgerecht eingebrachte* Amalgamfüllung, deren Entfernung ruft erst manche Krisensituation hervor. Es gibt sehr viel mehr Probleme im Zahn- Kieferbereich als nur Amalgam und weiß Gott nicht jede Müdigkeit oder alle Schmerzen können dem untergeschoben werden.

Weder nach funktioneller Behandlung der Wirbelsäule alleine noch nach Ausräumen eines Zahnherdes werden sich Ihre Beschwerden in Luft auflösen. Beides muss Hand in Hand gehen, um die oft langjährigen Leiden zu beenden. Deshalb bitten wir Sie, *nach* der Zahn- Kieferbehandlung wieder zu uns zu kommen, damit man dann den Hals und die Wirbelsäule nochmals nachschauen kann. Dies ist auch dann wichtig, wenn Sie erst einmal beschwerdefrei sind, da in diesem Zeitraum die Behandlung besser gelingt als bei später meist wiederauftretenden Kümernissen.

In der Kombination beider Faktoren – Zahnversorgung und Manualmedizin - liegt der anhaltende Erfolg.

Es leuchtet ein, daß man nach einer größeren Zahnbehandlung mit der Behandlung des Halses etwas warten sollte; wer sich vor drei Tagen einen Zahn hat ziehen lassen oder eine neue Krone mal gerade eine Woche im Mund hat, dessen Hals ist noch so mitgenommen, daß eine differenzierte Untersuchung meist nicht möglich ist. Man kann wohl akute Beschwerden lindern, aber noch nicht langfristig arbeiten.

Nicht immer muß man gleich an eine aufwendige und langwierige Behandlung denken: oft genügt es, nach einigen Wochen Aufbiß-Schiene die vorhandenen Kronen oder Inlays zu beschleifen oder eben den einen Weisheitszahn zu ziehen etc.

Gerade zu den Aufbißschienen (auch ‚Boxerschiene‘ oder ‚Knirscherschiene‘) ist zu sagen, dass diese unserer Erfahrung nach am besten wirken und vertragen werden, wenn sie einfach gestaltet und weich sind. Es reicht es fast immer, diese Schienen nur nachts zu tragen. In Einzelfällen mögen spezielle Schienen sinnvoll sein, neben den viel höheren Kosten gibt uns aber auch die Tatsache zu denken, dass sperrigere und am Oberkiefer angebrachte Schienen sehr oft nicht von den Patienten toleriert werden – und dann das viele dafür ausgegebene Geld doppelt schade ist...

Ein vernünftig saniertes Gebiß ist Grundlage langfristiger Beschwerdefreiheit, weshalb wir gerade bei Patienten, die eine Mordsangst vor dem Zahnarzt haben, manchmal viel Zeit auf die nötige Überzeugungsarbeit verwenden. Um so mehr freut es einen dann natürlich, wenn diese Arbeit (und Ihr Erdulden der zahnärztlichen Strapazen) schließlich von Erfolg gekrönt sind!

Zum Schluß bleibt uns noch, Ihnen viel Glück & Stärke für Ihren Gang zum Zahnarzt zu wünschen...

Ärzte & Team der Privatpraxis Huhngasse 34