

## Chronische Schmerzen durch CMD

Über 80 Teilnehmer informierten sich in Euskirchen bei einem Vortrag des Sport-Zahnarztes Dr. Markus Gau über chronische Schmerzen durch Kieferfehlfunktionen - CMD.

„Meine Odyssee hat ein Ende“;

Auf großes Interesse stieß der Vortrag des Euskirchener Zahnarztes Dr. Markus Gau im City-Forum. Über 80 Teilnehmer waren der Einladung des Informations-Forum Gesundheit e.V gefolgt und informierten sich über den Zusammenhang zwischen chronischen Schmerzen und Kieferfehlstellungen, der sogenannten craniomandibulären Dysfunktion (CMD).

Mit seinem fachlich fundierten aber gut verständlichen Vortrag stieß der Zahnarzt und ehemalige Tennisprofi bei vielen Zuhörern auf offene Ohren. Viele von ihnen gaben an, seit vielen Jahren unter chronischen Schmerzen zu leiden. Kein Arzt habe aber bisher die Ursache finden können. Ein 59-Jähriger meinte dazu: „Bei meinen Ärzten gelte ich als austherapiert. Ich habe aber immer noch Schmerzen.“

Auslöser kann bei allen das Problem sein, auf das sich Dr. Markus Gau seit Jahren spezialisiert hat. „Eine Fehlstellung des Unterkiefers zum Oberkiefer löst vielfältige Probleme aus“, erklärte Dr. Gau. Typische Symptome seien Gesichts- oder Ohrenscherzen aber auch Tinnitus, Schwindel, Schnarchen und Schlafstörung. Als weitere Folgen könnten sich dann Knie-, Hüft- oder Rückenschmerzen sowie ein Beckenschiefstand einstellen. „Das ist wie eine Kettenreaktion, an deren Ende oft chronische Schmerzen stehen“, so Dr. Gau.

In den Fallbeispielen des Mediziners erkannten sich viele Zuhörer wieder. „Das ist wie bei meiner Mutter. Die richtet ihren Tagesablauf an den Schmerztabletten aus“, berichtete eine ZuhörerIn. „Ich bin ganz aufgedreht, die Erklärungen treffen 100-prozentig auf mich zu“, erklärte eine 60-Jährige und hofft: „Meine Odyssee von Arzt zu Arzt hat jetzt ein Ende.“

Der Zahnarzt betonte indes, dass die Kooperation zwischen Zahnarzt und behandelndem Arzt oder Physiotherapeut unerlässlich für den Therapieerfolg sei. Nur dann könnte die zahnärztliche Behandlung – zum Beispiel durch spezielle Schienen - zum Erfolg führen. „Zunächst muss aber auf jeden Fall eine fundierte Diagnostik bei einem spezialisierten Zahnarzt durchgeführt werden“, betonte Dr. Markus Gau.

Chronische Schmerzen – oft ist eine fehlerhafte Kieferstellung die Ursache

Zahnarzt Dr. Markus Gau, ehemaliger Tennisprofi, referierte im City-Forum in Euskirchen über chronische Schmerzen durch mögliche Kieferfehlstellung (CMD). Kettenreaktion löst Kopf-, Nacken- und Rückenschmerzen aus. Sportler leiden unter chronischen Verletzungen und frustrierenden Leistungseinbußen.

In den meisten Fällen sucht ein Patient mit Rückenschmerzen zuerst seinen Hausarzt auf, der ihm mit schmerzstillenden Spritzen, Tabletten oder Salben zu helfen sucht. Physiotherapeutische Behandlungen werden ihm aufgrund der Budgetierungen nur in homöopathischen Dosen verordnet. Bessern sich die Beschwerden nicht, wird er zum Orthopäden überwiesen. Der Orthopäde behandelt, entsprechend seines Spezialgebiets, den Rücken und eventuell eine Beinlängendifferenz. Allzu oft werden Einlagen verschrieben. Das heißt, überwiegend werden Symptome behandelt, die Ursachen bleiben im Dunkeln.

Mittlerweile leidet jeder zweite Deutsche regelmäßig unter Rückenschmerzen, einige Statistiken sprechen sogar von 70 % der Bevölkerung. Als einer der häufigsten Gründe für Arbeitsunfähigkeit werden Rückenleiden angegeben. Erkrankungen der Wirbelsäule sind die Volkskrankheit Nummer 1. Laut einer Statistik der GZFA (Gesellschaft für Zahngesundheit, Funktion und Ästhetik) leiden 79,2% aller weiblichen und 40,6% aller männlichen Patienten unter Kopf- und Schulterschmerzen,

Ein Zusammenhang mit den Zähnen und einer Kieferfehlstellung wird sehr selten mit den Beschwerden in Verbindung gebracht, denn wer von uns geht schon wegen Rückenschmerzen zum Zahnarzt?

Ist CMD die Ursache?

Gemeint ist das Krankheitsbild CMD, das als Craniomandibuläre Dysfunktion (Cranium = Schädel; Mandibula = Unterkiefer; Dysfunktion = Fehlfunktion) bezeichnet wird. Cirka 12 Millionen Deutsche haben eine Fehlstellung des Unterkiefers zum Oberkiefer. Da sich CMD hinter vielfältigen Symptomen versteckt, wird der Zusammenhang mit der Verspannung der Kaumuskulatur beinahe vorprogrammiert übersehen. So leiten oft ein oder zwei markante Symptome den Patienten zum falschen Arzt und den Arzt auf die falsche Spur. Die Folge: jahrelanger Arzttourismus, Symptombehandlung mit Verabreichung vieler Schmerzmittel.

Hier können Sie unseren Patienten-Fragebogen CMD runterladen.

Sress am Tage und in der Nacht

Ein weiterer Grund für Kiefermuskelverspannungen ist das nächtliche Zähneknirschen, denn im Schlaf wandern die Sorgen vom Kopf in den Kiefer. Tägliche Konflikte und persönliche Belastungen führen zur nächtlichen Beißarbeit, sprich &bdquo;Stressbewältigung&ldquo;. Ob beruflicher oder privater Druck, wichtige Prüfungen, finanzielle Probleme, Überforderung, Mobbing, unterdrückte Aggressionen - das alles können Gründe sein, die "Zähne zusammenzubeißen" oder "sich durchzubeißen". Fast jeder fünfte Deutsche kaut wie seine Probleme regelmäßig nachts noch mal durch und wacht "zerknirscht" auf. Deshalb bemerken Betroffene ihr Mahlen oft erst, wenn Schäden an den Zähnen sichtbar werden oder sie Schmerzen spüren. Das können Kopf- und Nackenschmerzen sein, als Folge von Verhärtungen und Verspannungen durch die starke Anspannung von Kau- und Gesichtsmuskeln beim Knirschen. Auch die Gelenke im Kiefer tun durch die hohe Belastung oft weh.

Vom Kiefergelenk zum schmerzhaften Hüftgelenk

Bei Leistungssportlern z. B., kann diese Fehlstellungsproblematik eine solche Fernwirkung auf den Bewegungsapparat haben, dass Leistungssteigerungen trotz bestem Training ausbleiben. Ein falscher Zusammenbiss kann auch reflektorisch zu einem Beckenschiefstand führen. Und ein Beckenschiefstand wiederum bringt die Knie-, Hüft und Fußgelenke in eine selbsterstörerische Position. Auch die Wirbelsäule verkrümmt sich als Folge des Beckenschiefstandes, Rückenschmerzen und Bandscheibenprobleme treten auf. Unter diesem Aspekt der Fehlstatik sollten auch chronische Sportverletzungen des Bewegungsapparates gesehen und fachmännisch überprüft werden.

## Jüngstes Beispiel aus dem Profisport

Nach einer Zahnbehandlung kehrte Fußball-Superstar Franck Ribery ins Team von Rekordmeister Bayern München zurück. Der französische Mittelfeldstar hatte seit Monaten Probleme mit dem Knie. Durch zahnärztliches Einwirken wurde der Heilungsprozess eingeleitet, jetzt schießt er wieder Tore.

So kurios der Fall auf den ersten Blick erscheint, gar so ungewöhnlich ist es nicht, dass die Ursache von gereizten Patellasehnen, schmerzenden Gelenken und entzündeten Nagelbetten bei Profisportlern auf Zahnprobleme zurückzuführen ist. Torwart Jens Lehmann etwa plagte sich in seiner Karriere lange mit Gelenkschmerzen herum, ehe eine Behandlung mit speziell angepasster Aufbissschiene Abhilfe brachte.

Der frühere Nationalspieler Carsten Ramelow fand lange Zeit kein Mittel gegen seine Achillessehnenprobleme. Erst als ihm zwei Backenzähne entfernt wurden, nahmen die Beschwerden ab. Bei Schalkes einstigem Stürmer Emile Mpenza waren entzündete Zähne der Grund für hartnäckige Muskelschmerzen gewesen. Und auch Bastian Schweinsteigers im Jahr 2007 zum Mysterium angewachsenen chronischen Knieproblemen wurde mit einer Entzündung im Kiefer erklärt.

## CMD sicher erkennen und kompetent behandeln

Es gibt es keine allgemeingültige Regel zu welchem Zeitpunkt und unter welchen Bedingungen ein CMD Syndrom auftritt. Junge Menschen mit gesunden Zähnen können genauso Funktionsstörungen zeigen wie ältere Patienten.

Um CMD zweifelfrei zu diagnostizieren werden durch den spezialisierten Zahnarzt Funktionsanalysen durchgeführt. Bei der klinischen Funktionsanalyse werden Muskulatur, Kiefergelenk und deren Funktion geprüft, sowie der Zusammenbiss analysiert. Mit der instrumentellen Funktionsanalyse werden Untersuchungsbefunde vertieft und exakt aufgezeichnet. Probleme der statischen und dynamischen Kiefergelenkssituation können so präzise und vollkommen schmerzfrei aufgedeckt werden. Gerade bei umfassenden zahnärztlichen Behandlungen muss der Funktionalität besondere Aufmerksamkeit gewidmet werden.

Ein funktionell schlecht gestalteter Zahnersatz mit Frühkontakt oder die einseitige Bisserrhöhung, selbst durch eine einzelne Füllung, kann die Funktionsstörung schon einleiten.

Zur erfolgreichen Therapie ist der interdisziplinäre Einsatz von zahnärztlichen, physiotherapeutischen und zahntechnischen Maßnahmen erforderlich. Die Dauer der Therapie hängt ganz individuell davon ab, wie schwer die Fehlstatik beim Patienten ausgebildet ist. Der Therapiezeitraum kann je nach Schweregrad nur wenige Behandlungen umfassen, oder sich über mehrere Monate erstrecken. Die meisten Patienten verspüren häufig schon nach wenigen Behandlungen eine Linderung ihrer Beschwerden.

Unser Vortrag über die CMD und ihre körperbezogene Problematik, sowie die spezifischen Therapiemöglichkeiten soll Betroffenen einen möglichen Weg weisen, den oft langjährigen Leidensweg zu beenden.

