

Patienteninfo: Kiefergelenke – mehr als nur Mund auf und zu

Bekanntlich gibt es im Körper 2 Kiefergelenke, eines rechts, das andere links – eigentlich sind es jedoch 4: Die Gelenke zwischen dem Köpfchen des Unterkiefers und der Gelenkgrube des Schläfenbeins, die direkt vor dem äußeren Gehörgang liegen, werden durch einen quer verlaufenden Diskus oder eine Gelenkscheibe in eine obere und untere Gelenkhöhle unterteilt. So bewegen sich das Köpfchen gegen den Diskus und der Diskus gegenüber der Gelenkgrube. Ähnlich wie am Knie resultiert daraus ein recht komplizierter Rollgleitvorgang, sobald der Mund geöffnet oder geschlossen wird. Die Gelenke können sich außerdem zur Seite verschieben, sich komprimieren oder entspannen.

CMD – zunehmende Probleme

Die Kiefergelenke verrichten ihre Arbeit optimal, solange sich in den Knochen des Gesichtsschädels keine Spannungen befinden, die Knorpelbeläge noch nicht zu stark abgenutzt sind, die Gelenkkapsel, die Disken sowie die stabilisierenden Bänder den jeweils genau richtigen Spannungszustand besitzen und alle Kaumuskel perfekt zusammenarbeiten. Leider ist das nur Theorie. Im wirklichen Leben geht immer etwas schief – und so lebt jeder Mensch in Bezug auf seine Kiefergelenke mit einem mehr oder weniger guten Kompromiss. Je schlechter sich der Kompromiss gestaltet, desto schlechter ist natürlich die Funktion. Eine sog. **kraniomandibuläre Dysfunktion (CMD)** ist die Folge. Das heißt, beim Zubeißen, Mundöffnen oder Gähnen treten Reibe-, Knirsch- oder Knackgeräusche auf. Es bestehen Schmerzen und/oder das Gefühl, der Kiefer hake aus. Es kann auch sein, dass der Kiefer nicht vollständig geöffnet bzw. geschlossen werden kann. Besteht das Problem über eine längere Zeit, können nächtliches **Zähneknirschen**, **Kopf-, Ohren-, Nacken- und Schulterschmerzen** auftreten – Dinge also, die niemand wirklich haben will. Ein Zuviel an einer Störung der Funktion hält auf die Dauer kein Gelenk aus. Es entwickelt sich

schließlich eine Arthrose, ein Gelenkverschleiß, und die Begleitbeschwerden können ziemlich schlimm werden.

Wer hilft?

Doch wer hilft in der Not? Wer verhindert, dass sich das Problem schleichend weiter verschlimmert? Diese Fragen sind nicht immer schnell und klar zu beantworten. Zunächst muss herausgefunden werden, in welches Fachgebiet das Hauptproblem fällt:

- **Hausärzte** oder **Internisten** können eine rheumatische Ursache ausschließen oder eben bestätigen.
- **Zahnärzte** können überprüfen, ob zu hohe oder fehlerhafte Füllungen bzw. Kronen für die Kiefergelenkprobleme verantwortlich sind oder ob fehlende Zähne oder Zahnfehlstellungen die Beschwerden verursacht haben. Gelegentlich werden Röntgen- oder Kernspintomografieaufnahmen angefertigt.
- In Zweifelsfällen werden **Kieferorthopäden** oder **Kieferchirurgen** befragt.
- **Orthopäden** können mithilfe von Röntgenaufnahmen Probleme der Halswirbelsäule als Ursache für die Kiefergelenkproblematik ausschließen oder bestätigen und gelegentlich manualtherapeutisch behandeln – eventuell unterstützt durch entsprechend ausgebildete **Physiotherapeuten**.
- **Osteopathen** decken Fernwirkungen durch andere Körperpartien auf. Ein chronisches Problem im Becken oder an einem Fuß kann über Muskelketten die Funktionsfähigkeit der Kiefergelenke beeinträchtigen. Insbesondere Probleme der Halswirbelsäule werden Osteopathen präzise behandeln können, solange es sich nicht um schwere Schäden wie Block- oder Keilwirbel handelt. Zudem helfen osteopathische Untersuchungen, Dysfunktionen der Schädelnähte sowie Spannungen in den Knochen des Gesichts- oder auch des Hirnschädels zu identifizieren – eine anschließende Behandlung stellt die

Ursachen der Beschwerden in den Mittelpunkt.

- Auch **Logopäden** oder **Psychotherapeuten** können in ausgewählten Fällen helfen.

Gemeinsame Lösungswege

Es gibt also viele, recht unterschiedliche Lösungsansätze durch diverse Spezialisten. Im Idealfall sollte es möglich sein, die meisten **Kiefergelenkprobleme** befriedigend oder gut zu lösen, vorausgesetzt sie sind noch nicht unwiederbringlich zerstört. Ein guter Lösungsweg kann am besten gebahnt werden, wenn die unterschiedlichen Fachleute die Möglichkeiten der jeweils anderen ebenfalls kennen, eine gute Kommunikation untereinander pflegen und wissen, welche Therapeuten aus anderen Gebieten besonders geeignet sind, die Probleme der einzelnen Patienten besonders gut zu lösen. Lokal funktioniert das schon ganz hervorragend, leider aber nicht überall. Eine Schlüsselstellung kommt dabei meist den Zahnärzten zu, da diese in der Regel bei Kiefergelenkproblemen zuerst aufgesucht werden. Zum Wohl der betroffenen Patienten werden künftig alle Fachgebiete, die bei der Beurteilung und Behandlung der Kiefergelenke einen Beitrag leisten können, ihre Zusammenarbeit weiter verbessern müssen.

 **Online**

<http://dx.doi.org/10.1055/s-0030-1270786>

Dr. med. Roger Seider D. O., Hamm

Mit den besten Grüßen erreicht durch



Praxis Kerstin Ahlbrecht
Mozartstraße 16 · 31812 Bad Pyrmont
Tel. 0177 / 720 71 27

Praxisstempel/Unterschrift