

Schmerzdiagnostik Spezielle Schmerztherapie

Schmerzzentrum Dr. Kammermayer
Tel 089-1433251-0 · Fax 089-1433251-251
Brienner Str. 55 · 80333 München

Schmerzmedizin und Stoßwellentherapie
Dr. med. Stefan Kammermayer
Fachärzte Anästhesie, Spezielle Schmerztherapie
Gutachter für die Sozialgerichte, Algesiologe
Mitglied BVSD Berufsverband Schmerztherapeuten
Mitglied deutsche Schmerzgesellschaft e.V.

Bruxismus (Zähneknirschen) und Cranio-mandibuläre Dysfunktion (CMD)

Bruxismus (Zähneknirschen, Kieferpressen) ist das unbewusste, meist nächtliche, aber auch tagsüber ausgeführte **Zähneknirschen** oder Aufeinanderpressen von Kiefer und Zähnen.

Der Begriff **Cranio-mandibuläre Dysfunktion** bedeutet **Kiefer-Kaumuskel-Funktionsstörung**. Als Abkürzung hierfür wird der Begriff CMD verwendet. CMD steht für eine Fehlfunktionen im Zusammenspiel von Ober- und Unterkiefer, bedingt durch schmerzhaftes Störungen in der Kieferfunktion und der gesamten Kiefer-Kaumuskulatur, aber auch der Zungen- und Halsmuskeln.

Die vielfältigen Symptome einer Cranio-mandibuläre Dysfunktion (CMD):

- Kopfschmerzen und Gesichtsschmerzen, Druck auf dem Kopf
- Kiefer- Gesichtsschmerzen mit einschließenden Attacken wie Trigeminusneuralgie
- Zahnschmerzen, Zahnlockerungen und empfindliche Zahnhälse
- Zahnabschabungen, besonders der Frontzähne
- Schmerzen, Knacken oder Reibegeräusche in den Kiefergelenken
- Mund kann nicht richtig geöffnet werden
- Brennen oder taubes Gefühl in der Zunge, in den Zähnen oder im Gaumen
- Ohrgeräusche (Tinnitus), Ohrenscherzen und Hörminderungen (ähnlich einem Hörsturz)
- Schwindel und Benommenheit bei Kopfbewegungen
- Augenflimmern und Sehstörungen, Schmerzen hinter den Augen
- Schluckbeschwerden und Kloßgefühl im Hals, Nackenschmerzen
- HWS-Verspannungen, Schulter-Nackenschmerzen mit Taubheit in Armen oder Fingern
- Rücken-Kreuzschmerzen, Beckenschmerzen, Piriformis-Syndrom

Wer leidet unter CMD?

Neuere Untersuchungen haben gezeigt, dass über 60% der Bevölkerung Symptome von Bruxismus und einer Cranio-mandibulären Dysfunktion aufweisen. Patienten und Ärzten ist selten bekannt, dass Kopfschmerzen von der Kiefer-Kaumuskulatur verursacht sein können, und dass Ohr- und Hörbeschwerden ihren Ursprung nicht im Mittelohr, sondern im Kiefergelenk haben.

Im **Zusammenhang mit Kopf- oder Gesichtsschmerzen sollte immer auf eine CMD oder Bruxismus (Zähneknirschen, Kieferpressen)** hin untersucht werden. Häufig treten diese Symptome bei Stress, depressiven Erkrankungen und der Schmerzkrankung Fibromyalgie auf.

Ursachen einer CMD

CMD tritt vor allem bei Menschen im Dauerstress, psychisch belastenden Lebenssituationen wie Arbeitslosigkeit, Mobbing, Partnerkonflikte und anderen persönlichen Krisen. Dadurch wird starkes Zähneknirschen (Bruxismus) und Kieferpressen mit einer erhöhten Basisaktivität in der gesamten Kiefer-Kaumuskulatur ausgelöst, eine CMD entwickelt sich. Stressbedingte Überaktivierung der Kaumuskulatur zeigt sich oft während des Schlafes (nächtliches Zähneknirschen = Bruxismus).

Andererseits können zahnärztliche Eingriffe wie Kronen, Implantate und Prothesen zu Störungen des Aufbiss (= **Zentrik**) und des Zahnschluss (= **Okklusion**) führen. Das Kiefersystem kann so aus dem Gleichgewicht kommen, es entsteht eine CMD.

Interdisziplinäre Behandlung von Bruxismus und CMD

Es ist eine konsequente Therapie über 3 bis 6 Monaten erforderlich. Anfangs kommt es häufig zu einer Verstärkung der Symptome/Beschwerden im Kiefer-Hals-Nackebereich, bevor das Kiefersystem zu seiner normalen Funktion zurückfindet und die Beschwerden verschwinden.

Zahnärztliche Behandlung (durch einen auf CMD spezialisierten Zahnarzt)

- Funktionsprüfung des Kiefer-Kausystems*
- Prüfung der Okklusion (= Zahnschluss) und der Zentrik (= die Ruhestellung) des Kiefer-Kausystems mit dem so genannten Artikulator*
- Kieferentspannenden Zahnschiene*: Relaxationsschiene (zur Akutentlastung: Jig-Splint)
- Dynamische Schienentherapie* mit wiederholten Einschleif-Maßnahmen der speziellen Zahnschiene zur Wiederherstellung der Okklusion und der Zentrik
- Korrektur von schlecht sitzenden Prothesen

Spezielle Schmerztherapie (durch Schmerzzentrum Dr. Kammermayer)

- **Medikamentöse Behandlung** mit speziellen Medikamenten:
 - **Amitriptylin** oder **Trimipramin** (muskelentspannend, angstlösend, schmerzwirksam)
 - **Tramadol** oder **Tilidin/N** (schwach wirkende, gut verträgliche Opioide)
- **Fokussierte ESWT-Stoßwellentherapie* von Triggerpunkten der Kiefer-Kaumuskeln, und des Kiefergelenks**
- **Hochdosierte Magnesiumtherapie:** als Kurzinfusionen*
- **Magnesium transdermal*:** tägliche Anwendungen im Kiefer- Hals und Nackenbereich
- **Procain-Basen-Infusionen*** (wirken schmerzlindernd auf die Kiefer-Zahnnerven und die Kiefermuskulatur, beruhigend auf das vegetative Nervensystem: „Sympathikusdämpfend“)
- **TENS** (Transkutane Elektro-Nervenstimulation) im Kiefer-Gesichtsbereich, HWS, Nacken
- **Neuraltherapie*** mit therapeutischen Injektionen von Procain (Lokalanästhetikum) in das Kiefergelenk und die Triggerpunkte der Kiefer-Kaumuskeln
- **Entspannungstechniken:** Muskelentspannung nach Jacobson, eigene Kieferdehnungen

Physiotherapie für den Kiefer (spezielle Ausbildung des Therapeuten/-tin erforderlich)

- Detonisierungen (=Dehnung, Entspannung) der Kiefer-, Kau- und Halsmuskulatur
- Enorale (= durch den Mund) Funktionsbehandlung und Mobilisationen
- Physiotherapie/Osteopathie* vom HWS und Nacken

***Kosten der Behandlung einer CMD:**

Die Kosten für die interdisziplinäre CMD-Behandlung können nur zum Teil als Kassenleistungen abgerechnet werden. Die speziellen Behandlungen* mit Schienen und Funktionsprüfungen durch den Zahnarzt, die Stoßwellentherapie, die Magnesium- und Procain-Basen-Infusionen und die Osteopathie werden nicht von gesetzlichen Krankenkassen übernommen.

Im Arztgespräch werden Sie vor der Behandlung ausführlich über die Kosten informiert, und Sie erhalten einen individuellen Therapieplan und einen privatärztlichen Behandlungsvertrag.

Dr. S. Kammermayer
Facharzt für Anästhesie, Algesiologie