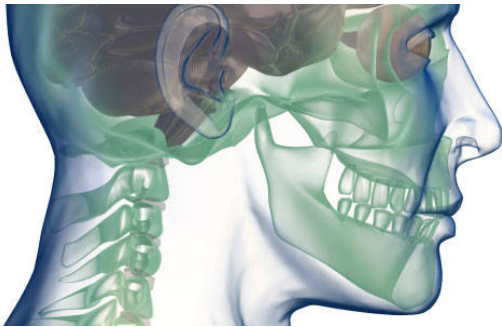


INFO – Craniomandibuläre Dysfunktion



Was verbirgt sich hinter dem Begriff CMD?

Unter Craniomandibuläre Dysfunktion (CMD) versteht man eine Fehlfunktion im Zusammenspiel von Oberkiefer und Unterkiefer. Diese kann sich durch Schmerzen auf den ganzen Körper auswirken, z.B. in Form von Kopfschmerzen, unspezifischen Gesichtsschmerzen, Tinnitus, Schwindel und Schulter-, Nacken-, Rückenschmerzen.

Wenn die Zähne bereits beim lockeren Schließen des Mundes nicht komplett gleichmäßig aufeinander passen, kann dies schon zu einer für die CMD typischen Dysbalance in den Kiefergelenken führen. Bewegt werden diese Kiefergelenke durch komplexe Muskelgruppen. So werden allein beim Heben des Unterkiefers acht verschiedene Muskelgruppen beansprucht. Die Schläfenmuskulatur ermöglicht zusätzlich noch die Unterkieferbeweglichkeit nach vorne und hinten.

Wechselbeziehungen im System

Die Muskelgruppen unseres Körpers sind zudem über ein Faszienetz weitreichend untereinander verbunden und beeinflussen sich gegenseitig. Als Faszien werden dabei die Weichteil-Komponenten des Bindegewebes bezeichnet, die den ganzen Körper als ein umhüllendes und verbindendes Spannungszusammenhang durchdringen. Hierzu gehören beispielsweise alle kollagenen faserigen Bindegewebe, wie Gelenk- und Organkapseln, Bänder, Sehnen, sowie die eigentlichen Faszien in der Gestalt von „Muskelbinden“, welche die Muskeln strumpffartig umhüllen.

So kann eine Zahnkrone, ein -implantat, eine abgesunkene Zahnprothese oder eine nicht funktionell ausgerichtete kieferorthopädische Versorgung bei Jugendlichen zu der für eine CMD typischen Dysbalance im Kiefergelenk führen. Hieraus resultieren eine Überbeanspruchung der Muskelketten und Faszien. Der Versuch des Körpers diese Dysbalance auszugleichen kann die gesamte Statik negativ beeinflussen und sich durch Fehlbelastung auf andere Gelenke auswirken.

Typische CMD-Symptome, die auch häufig in Kombination auftreten können

- Kopfschmerz, Migräne
- Gleichgewichtsstörungen, Schwindel
- Ohrgeräusche (Tinnitus)
- Schmerzen der Kaumuskulatur, Zahnschmerzen
- Knacken im Kiefergelenk, Kiefergelenksperrung
- Knirschen/Pressen der Zähne, gelockerte Zähne
- Abnutzungserscheinungen der Zähne
- Sehstörungen, Augenflimmern, eingeschränktes Blickfeld
- Hals-Nacken-Muskelverspannungen mit Gefühlsstörungen in den Fingern
- Hüftgelenkbeschwerden, Kreuzdarmbein-Gelenk-Blockierungen
- Becken- und Schulterchiefstand, Gesichts- und Körperasymmetrien
- Koordinationsprobleme einfacher Körperbewegungsabläufe
- Sprachschwierigkeiten (Dysphonie)
- Schlaf- und Konzentrationsstörungen, innere Unruhe
- hormonelle Störungen
- depressive Verstimmungen

Angeborene Ursachen einer CMD

- Geburtstraumen
- Fehlbisse
- Zahnschiefstände

- Kiefer- und Gesichtsschädelbesonderheiten, offene Gaumenspalte
- Skelettale Besonderheiten wie Beinverkürzungen, Fußdeformitäten, Skoliose

Erworbene Ursachen einer CMD

- Gelenksverschleiß (Arthrosen)
- Strukturelle und degenerative Veränderungen der Wirbelsäule
- Unfallbedingtes Schleudertrauma der Halswirbelsäule, Schädelprellung
- Fehlerhafte Zähne, fehlerhafter Zahnersatz, fehlende Bissabstützung
- Abschleifen der Zähne durch Knirschen
- Fehlerhafte kieferorthopädische Behandlung
- Fehlsitzende Zahnprothesen
- Stresskorrelierte Überaktivierung der Kaumuskulatur (Bruxismus)
- Fehlerhafte Beinlängenkorrekturen

Viele sind von CMD betroffen

Untersuchungen zeigen, dass über 60% der Bevölkerung Symptome in Zusammenhang mit einer CMD aufweisen, jedoch ohne einen Behandlungsbedarf zu erkennen. Denn nur wenigen ist bekannt, dass Kopfschmerzen auch von Triggern und Faszienspannungen in der Kaumuskulatur oder der Halsmuskulatur verursacht werden können.

Beschwerden im Ohr müssen ihren Ursprung nicht zwingend im Mittelohr sondern können diesen im Kiefergelenk und der kiefergelenknahen Muskulatur haben.

Eine verminderte Sauerstoffversorgung und Übersäuerung der verspannten Muskulatur beeinträchtigt vermutlich auch die Sauerstoffversorgung des Innenohrs. Dies kann in Verbindung mit den erhöhten Druckverhältnissen am Schädel über Nervenirritationen - durch Blockierungen in den oberen Kopfgelenken - Symptome wie Gleichgewichtsstörungen und Tinnitus hervorrufen.

Interdisziplinäre Therapie

Im komplexen System störender Verkettungen der CMD, ist es essentiell, dass die Bisslage, also die Verzahnung bei geschlossenem Kiefer, durch einen

spezialisierten Zahnarzt mittels instrumenteller Funktionsanalyse diagnostiziert und anschließend behandelt wird. Dies erfolgt in den meisten Fällen mit einer individuell angepassten Aufbisschiene.

Der Schwerpunkt unserer Therapie liegt in der Muskulatur und den Fasziensketten. Verspannte, hypertone und durch jahrelange Fehlbelastung mit Triggern veränderte Muskulatur sowie die verklebten erstarrten Fasziensketten werden wieder in einen entspannten Funktionszustand versetzt. Dieser kann nach Beseitigung der vorhandenen Fehlstatik wieder durch Eigenwahrnehmung optimal angesteuert werden kann.

Trigger sind entzündlich veränderte Gewebereiche, in denen sich die Muskelfasern dauerhaft zusammengezogen haben. Dadurch wird der Muskel immer mehr verkürzt, er ist nicht mehr elastisch, was einen erhöhten Druck und Funktionsstörungen der benachbarten Gelenke bedingt.

Behandlung mit Matrix-Rhythmus-Therapie

Mit Hilfe der Matrix-Rhythmus-Therapie können Starren innerhalb der betroffenen Fasziensbereiche gelöst und die Muskel-Elastizität wiederhergestellt werden.

Die zähen Schichten der betroffenen Fasziensbereiche am Schädel und im Kiefer- Halsbereich lösen wir zuerst mit der Matrix-Rhythmus-Therapie. Hierbei werden mittels eines Resonators Schwingungen in die betreffenden Fasziensbereiche eingebracht.

Abschließend erfolgt zur Kräftigung und Stabilisierung der geschwächten Muskelgruppen und zur Vermeidung von Rezidiven im letzten Behandlungsabschnitt ein gezieltes Muskelaufbautraining.

Falls Sie weitere Fragen haben, berät Sie unser equalance-Team gerne.

Literatur über CMD

Ridder, Paul: Craniomandibuläre Dysfunktion: Interdisziplinäre Diagnose- und Behandlungsstrategien, 2016

Prodinger-Glöckl, Dorothea: CMD in der Osteopathie: Interdisziplinäre Zusammenarbeit mit der Kieferorthopädie, 2013