

## **Was haben Kopfschmerzen mit einem „falschen Biss“ zu tun?**

Haben Sie sich jemals Gedanken darüber gemacht, welche Gelenke Sie bei Ihrem Körper am häufigsten benutzen? Richtig, es sind unsere beiden Kiefergelenke. Sie sind ständig im Einsatz: beim Sprechen, Kauen und Schlucken, Gähnen und Zähne zusammenbeißen. Wer im Schlaf seine Zähne stark aufeinanderpresst und sogar knirscht – meist eine Stressreaktion - gönnt seinen Gelenken fast gar keine Ruhe mehr.

Solange die Gelenke reibungslos funktionieren, nehmen wir ihre Funktion kaum wahr. Erst wenn Störungen – wie beim Klemmen eines Türscharniers – auftreten und zusätzlich die Muskelanspannung in diesem Bereich zunimmt, kommt es zu Symptomen. Aufgrund ihrer Variationsbreite und wechselnder Intensität werden die Beschwerden allerdings häufig nicht ursächlich mit den Kiefergelenken in Zusammenhang gebracht:

Die Schmerzen strahlen häufig bis in den Kopf- und Nackenbereich und die Schultern aus. Wegen der engen räumlichen Beziehung der Kiefergelenke zum Mittel- und Innenohr können Ohrenscherzen oder Ohrgeräusche (Tinnitus) auftreten und sogar Gleichgewichtsstörungen kommen vor.

Oft werden bei den Betroffenen lediglich die Symptome behandelt: beispielsweise mit Medikamenten gegen Kopfschmerzen oder den verschiedensten physikalischen Maßnahmen zur Lösung von Muskelverspannungen und Haltungsproblemen. Dabei ist die Ursache oft ein „falscher Biss“, d. h. eine Fehlposition des Unterkiefers. Diese Fehlfunktionen können jedoch meistens korrigiert werden:

Zunächst wird mittels der Funktionsdiagnostik die Fehlerquelle festgestellt. Im nächsten Schritt kommt eine Aufbisschiene aus flexiblem Kunststoff zum Einsatz. Diese entlastet in der ersten Phase die Muskulatur, schützt die Zähne und nimmt den Schmerz. Danach werden Störungen im Gebiss beseitigt, um die Kiefergelenke und Zähne dauerhaft zu schützen.

Sie können sich diese Maßnahmen ersparen, indem Sie bei Kaubeschwerden an die Möglichkeit einer Fehlfunktion der Kiefergelenke denken. Machen Sie Ihren Zahnarzt rechtzeitig auf Schmerzen aufmerksam. Er ist für diesen Bereich der erste Ansprechpartner und kann Sie durch geeignete Maßnahmen vom Schmerz befreien und ebenso wichtig: den Schaden beheben sowie sein weiteres Fortschreiten verhindern.

[www.zahnarzt-albrecht-weinheim.de](http://www.zahnarzt-albrecht-weinheim.de)