

Gesunder Rücken

Zwischen Gebiss und Fuß



Bei Kopf- und Rückenschmerzen, die mit Fehlstellungen des Kiefers zusammenhängen kann eine Bisskorrektur in der Zahnarztpraxis sehr gut helfen.

Pirmasens: Kennen Sie das? Quälende Rückenschmerzen und ein immer wiederkehrender Kopfschmerz, sogar manchmal morgens nach dem Aufwachen? Dann gehören Sie vermutlich zu den 70 % der Deutschen, die laut Angaben des Bundesgesundheitsministeriums an chronischen Kopf- und Rückenschmerzen leiden. Bei circa 8 von 10 Betroffenen sind die genauen Ursachen der Schmerzen jedoch unklar.

Wohl die wenigsten vermuten die Ursache solcher Beschwerden in Fehlstellungen der Kiefergelenke oder Zähne: Denn wer geht schon zuerst zum Zahnarzt, wenn er Kopf- oder Rückenschmerzen hat? „Dabei kann gerade bei Kopf- und Rückenschmerzen, die mit Fehlstellungen des Kiefers zusammenhängen, eine Bisskorrektur in der Zahnarztpraxis sehr gut helfen“, erklären die Zahnärzte Dr. Hans-Friedrich Hicks-Monreal und Dr. Michael Menzel von der Zahnarztpraxis „Pirmadent“ aus Pirmasens.

Egal, wodurch die Kiefer- oder Zahnfehlstellung verursacht wurde – die Beschwerden sind oftmals ähnlich: Durch den Fehlbiss (fachsprachlich: Okklusionsstörung) entstehen muskuläre Verspannungen, die über die Kiefermuskeln bis in die Nacken- und Rückenmuskulatur reichen können. Mögliche Folgen sind zum Beispiel Kopf-, Nacken-, Schulter- und Rückenschmerzen, aber auch Tinnitus, unklare Unruhezustände, Schwindel und Sehstörungen. Experten bezeichnen dieses Krankheitsbild als „Craniomandibuläre Dysfunktion“, kurz CMD. Nicht selten sind die Symptome so stark ausgeprägt,

dass sie die Lebensqualität der Betroffenen erheblich einschränken.

Viele Ursachen, ...

Die Ursachen von Kieferfehlstellungen reichen von fehlerhaftem Zahnersatz, schlechten Angewohnheiten, etwa stressbedingtem Pressen der Zähne oder Zähneknirschen, bis hin zu Entwicklungsstörungen und Funktionsstörungen des Bewegungsapparates oder der Bindegewebshäute (Faszien). Aber auch Störungen der inneren Organe gehören zu den möglichen Ursachen einer Craniomandibulären Dysfunktion. Insbesondere eine Fehlbesiedlung des Darms mit schädlichen Bakterien (Dysbiose) kann in Verbindung mit einer Parodontitis stehen und so eine CMD hervorrufen.

„Erst wenn wir wissen, wodurch der Fehlbiss bedingt ist, können wir diesen auch effektiv behandeln“, so Dr. Hicks-Monreal und Dr. Menzel. Vor einer gezielten Therapie ist deshalb eine eingehende Ursachenforschung notwendig. „Das sich Mund- und Allgemeingesundheit nicht voneinander trennen lassen, ist hier Teamwork gefragt“, erklärt der Arzt Dr. Lebmeier, der in Zweibrücken eine Praxis für Integrative Medizin führt und engmaschig mit den beiden Zahnärzten zusammenarbeitet.

... Gezielte Behandlungsmöglichkeiten!

„Zunächst ist es wichtig, den Patienten gründlich zu untersuchen, um alle funktionellen Störungen aufzudecken und diese zu beseitigen – denn erst dadurch stellt sich die richtige Bisslage ein“, führt Dr. Lebmeier weiter aus. Diese Fehlfunktionen können sowohl im Bereich des ges-

amten Bewegungsapparates bestehen, etwa Fußfehlstellungen, Beckenschiefstand oder chronische Wirbelsäulenbeschwerden, aber auch organische Ursachen haben. Die Behandlung geschieht primär durch ärztliche, osteopathische Maßnahmen. Weitere Bausteine der „integrativen CMD-Therapie“ sind Ernährung, Symbiose der Darmbakterien, Orthomolekulare Therapie (Versorgung mit Vitaminen und Mineralstoffen) sowie Professionelle Applied Kinesiology. Welche Therapieform jeweils Anwendung findet, hängt von den unterschiedlichen Ursachen und Beschwerden ab, denn „jeder Patient ist ein Individuum“, so Dr. Lebmeier. „Erst wenn die jeweiligen Fehlfunktionen behoben sind, erfolgt die Behandlung durch den Zahnarzt“.

Die zahnärztlichen Behandlungsmöglichkeiten von Kieferfehlstellungen sind so vielfältig wie ihre Ursachen. Bei einem Fehlbiss steht die Korrektur der Bisslage mit einer Spezial-Schiene im Vordergrund der Therapie. Hierzu fertigt der Zahnarzt eine auf den Patienten maßgeschneiderte Aufbiss-Schiene an, welche die Stellung der Kiefergelenke langfristig korrigiert. Doch auch Zahnfehlstellungen behebt der Zahnarzt, damit Ober- und Unterkiefer wieder richtig schließen können. So muss auch „ein mangelhaft angepasster Zahnersatz als Ursache der falschen Bisslage erneuert werden“, erklären Dr. Hicks-Monreal und Dr. Menzel.

Da die Beschwerden der Craniomandibulären Dysfunktion sehr unterschiedlich sein können, ist es wichtig, neben Zahnärzten und speziell für CMD geschulten Osteopathen auch andere Fachkräfte wie Orthopäden, Hals-Nasen-Ohrenärzte, Neurologen, Augenärzte und Therapeuten für die Diagnostik und Therapie mit einzubeziehen. So können beispielsweise auch eine Physiotherapie für die Kiefergelenke sowie die Zufuhr von ausgewählten Nährstoffen wie Magnesium, Calcium oder Vitamin B-Präparate die Therapie der CMD sinnvoll unterstützen. Erst eine kürzlich erschienene Studie mit über 400 Personen belegte den positiven Effekt einer integrativen Behandlung: Bei über 80% der Patienten konnte eine gut abgestimmte fachübergreifende Behandlung des gestörten Kausystems eine gute bis sehr gute Besserung der Rückenschmerzen erzielen.

Text: Praxis für Integrative Medizin

Foto: P6

Physiotherapie Wöbbeking

Mehr als Fitnessstraining



Medizinische Erfahrung und Technik für Ihre Gesundheit. Dass Sport wahrhaft gesund ist, beweist seit diesem Jahr das Unternehmen „Physiotherapie Wöbbeking“. Hier können Interessierte mit einem erfahrenen Team aus Trainern und Therapeuten ihr persönliches Fitnessprogramm zusammenstellen, um mittels hochmoderner medizinischer Sportgeräte an ihren individuellen Problemzonen zu arbeiten. Obendrein wird der gesunde Sport von der Krankenkasse bezuschusst. Termine erfahren Sie bei Physiotherapie Wöbbeking unter 06331 18187.

Gesund und fit im neuen Jahr!

15% auf alle im Januar 2013 neu abgeschlossenen Verträge

**Kostenloses Probetraining
Keine Aufnahmegebühr**

Anleitung und Unterstützung während des Trainings durch geschultes Fachpersonal

Bei allen Verträgen sind
**Reha-Sport-Kurse, Präventionskurse und Spinning
inklusive!**

Spinning
Schnupper special
statt 9,00 Euro
nur 6,00 Euro

**Zirkeltraining
Reha-Sport**

Unsere Leistungen:
Präventionskurse*
an chipkartengesteuerten
Cardio- und Kraftgeräten
**Sportphysiotherapie
Reha-Sport
u.v.m.**

Wenn nicht jetzt... wann dann...?

Bei Präventionskursen bis zu 75% Erstattung durch Ihre Krankenkasse!
Zuschuss auch durch Ihren Arbeitgeber möglich

Melanie Wöbbeking
-Physiotherapeutin-

Hauptstraße 147 a
66976 Rodalben

Tel.: 06331/18187 (Praxis)
mobil: 0163/257 72 22
MelanieW.home@gmx.de
www.physiotherapie-woebeking.de



**Chirurgie •
Behandlung in Narkose •
Implantologie •
Behandlung mit Mikroskop •
3D-Röntgen •
Laser •
Prophylaxe •
Bleaching •**

PIRMADENT
MODERNE ZAHNHEILKUNDE IM RHEINBERGER

**Gemeinschaftspraxis
Dr. Hans-Friedrich Hicks-Monreal &
Dr. Michael Menzel ZA für Oralchirurgie
Fröhnstraße 4, 66954 Pirmasens
Telefon: 0 63 31 / 4 29 97
www.pirmadent.de**

Dr. Lebmeier
INTEGRATIVE MEDIZIN

- Arzt für Allgemeinmedizin
- Osteopathie (D.O.M.)
- Sportmedizin
- Chirotherapie
- Ernährungsmedizin
- Naturheilverfahren
- Moderne F.X. Mayr-Medizin
- Prof. Applied Kinesiology

**Telefon 0 63 32 / 47 18 40, www.dr-lebmeier.de
Kaiserstraße 14, Nardini Klinikum, 66482 Zweibrücken**