

Rückenschmerzen

Wenn der Kiefer den Körper plagt

„Der Mund ist der Eingang aller Krankheiten und der Ausgang aller Leiden“, sagt ein chinesisches Sprichwort. Und da ist wirklich etwas dran: So können Bissstörungen oder Zahnschäden zum Beispiel Rückenschmerzen hervorrufen.

Die meisten Menschen kämen wahrscheinlich nicht auf die Idee, zu ihrem Zahnarzt zu gehen, wenn sie beständig unter Rückenschmerzen leiden. Doch ein Besuch in der Praxis lohnt sich unter Umständen – denn die Ursache von Wirbelsäulen-Problemen könnte tatsächlich im Mund liegen.

Das Kreuz mit dem Kreuz hat sich zur Volkskrankheit entwickelt:

Wie eine Umfrage des Robert Koch-Instituts vor zehn Jahren ergab, litt schon damals jeder fünfte Erwachsene in Deutschland unter chronischen Rückenbeschwerden. In vielen Fällen können die Ärzte nicht sagen, was die genaue Ursache ist – nur bei zehn bis 15 Prozent

der Patienten sind tatsächlich die Bandscheiben schuld. Meistens jedoch lautet die Diagnose „unspezifische Rückenschmerzen“, das heißt: Die Wirbelsäule weist keine ernsteren organischen Schäden auf. In diesen Fällen werden im Allgemeinen krampfartige Muskelverspannungen für die Schmerzattacken verantwortlich gemacht.

Durchbeißen im Alltag

Viele der Betroffenen erleben nicht nur eine Rückenschmerz-Episode. Die meisten Patienten leiden in mehr oder weniger großen Abständen wiederholt unter Kreuzbeschwerden – bei manchen tut die Wirbelsäule sogar ständig weh. Als wesentliche Ursache für chronische Beschwerden wird ein permanenter Spannungszustand der Muskeln angenommen: Er entsteht nicht nur durch Fehlhaltungen oder Bewegungsmangel, sondern vielfach aufgrund einer hohen Stressbelastung. Bei Menschen, die in ihrem Alltag regelmäßig „unter Strom“ stehen, sind nicht nur die Nerven, sondern auch die Muskeln angespannt. Zu den möglichen Auslösern für Verspannungen und Schmerzen im Rücken zählen außerdem Fehlfunktionen im Bereich der Kiefergelenke oder Zähne. Zahnärzte bezeichnen derartige Störungen als Cranio-Mandibuläre Dysfunktion (CMD) – der Name leitet sich ab von den Begriffen „Cranium“ (Schädel), „Mandibula“ (Unterkiefer) und „Dysfunktion“ (Fehlfunktion).

Das Krankheitsbild CMD beruht auf einem gestörten Zusammenspiel von Ober- und Unterkiefer sowie auf Zahnfehlstellungen, die entweder natürlich bedingt sind oder durch nicht korrekt sitzenden Zahnersatz. Ist das komplexe craniomandibuläre Gefüge aus Zähnen, Kiefergelenk, Muskeln, Sehnen und Bändern beeinträchtigt, kann es zu Verspan-

nungen im Kopf- und Nackenbereich kommen, die schließlich auch in den Rücken ausstrahlen.

Eine CMD kann außerdem folgende Symptome hervorrufen:

- Schmerzen in der Kiefermuskulatur beim Kauen;
- eingeschränkte Kieferöffnung;
- Reibe- oder Knackgeräusche im Kiefergelenk;
- eingeschränkte Kopfdrehung;
- Kopfschmerzen;
- plötzlich auftretende Bissprobleme wie das Gefühl, dass die Zähne nicht mehr richtig aufeinanderpassen.

Ein sehr häufiges Symptom der CMD ist das Zähneknirschen. Viele Menschen beißen sich im wahrsten Sinne des Wortes durchs Leben – meistens in der Nacht und völlig unbewusst. Wer im Schlaf mit den Zähnen knirscht, führt dabei stark pressende oder mahlende Kaubewegungen aus: Ihr Druck kann bis zu zehnmal höher sein als beim normalen Essen. Passiert das regelmäßig, leiden die Zähne enorm – an Kauflächen und Schneidekanten erfolgt starker Abrieb, es entstehen Risse im Zahnschmelz, einzelne Zähne können sich lockern oder abbrechen.

Gezielte Behandlung

Der Zahnarzt kann mit speziellen Diagnosemethoden feststellen, ob hinter den Beschwerden seines Patienten eine Fehlfunktion der Kiefergelenke steckt: Fachleute sprechen von der so genannten Funktionsanalyse. Ziel dieser komplexen Methode ist es, mögliche krankmachende Veränderungen im Wechselspiel von Zähnen, Muskeln und Kiefergelenk festzustellen.

Die Kosten einer Funktionsanalyse werden von den gesetzlichen Krankenkassen allerdings nicht erstattet – sie muss daher nach der Gebührenordnung für Zahnärzte als Privatleistung abgerechnet werden.

Die Therapie der Craniomandibulären Dysfunktion hängt von der jeweiligen Diagnose ab. Knirscht jemand mit den Zähnen, kann der Zahnarzt Entlastung schaffen, indem er für seinen Patienten eine individuelle Aufbisschiene anfertigen lässt. Sie wird nachts auf die Zahnreihe gesetzt, um das Gebiss vor weiterem Abrieb zu schützen.

Sind Zahnfehlstellungen, zu hohe Füllungen oder Kronen, schlecht sitzender oder schadhafter Zahnersatz oder Lücken im Seitenzahnbereich Ursache einer Craniomandibulären Dysfunktion, kann der Zahnarzt schnell helfen: indem er zum Beispiel eine überstehende Füllung einschleift oder neuen, funktionsgerechten Zahnersatz eingliedert. Manchmal erweist sich aber auch eine kieferorthopädische Behandlung als nötig. Welche Therapie im Einzelfall zu empfehlen ist, stellt der Zahnarzt aufgrund der jeweiligen Diagnose fest.



„Ja, die mögen wir“

nenedent® Kinderzahncreme Schutz und Pflege für Kinderzähne

Kinder brauchen eine für ihre besonderen Bedürfnisse entwickelte Zahncreme. Sie sollte den Fluoridbedarf des Kindes berücksichtigen und milchzahngerechte Reinigungseigenschaften haben.

nenedent® Kinderzahncreme besitzt einen neutralen pH-Wert zum Schutz der Mundflora. Ohne Natriumlaurylsulfat, ohne Saccharin.

Mehr Informationen
finden Sie unter
www.dentinox.de

nenedent® Kinderzahncreme ohne Fluorid für Kinder, die ausreichend Fluorid erhalten

- mit 13 % karieshemmendem Xylit, homöopathieverträglich, ohne Menthol
- milder Kieselgel-Putzkörper
- Bestbewertung in der Zeitschrift ÖKO-Test (Jahrbuch Kleinkinder 2008, Magazin 09/2010)

In Apotheken erhältlich, PZN 8771777



nenedent® Kinderzahncreme mit Fluorid 3-fach Schutz vor Karies: Xylit, Fluorid, Kieselgel

- mit einem kindgerechten Anteil von 500 ppm zahnschmelzhärtendem Fluorid
- mit 12 % karieshemmendem Xylit
- Bestbewertung in der Zeitschrift ÖKO-Test (Jahrbuch Kleinkinder 2007 und 2008)

In Apotheken erhältlich, PZN 8771783



nenedent® Kinderzahncreme homöopathie- verträglich mit Fluorid und Xylit

- mit einem kindgerechten Anteil von 500 ppm zahnschmelzhärtendem Fluorid
- mit 13 % karieshemmendem Xylit, homöopathieverträglich, ohne Menthol
- Bestbewertung in der Zeitschrift ÖKO-Test (Magazin 09/2010)

In Apotheken erhältlich, PZN 7275935

