

GESUNDHEIT

Der Kiefer macht Stress

Minimale Abweichungen bei Zähnen, Kronen, Implantaten und Prothesen können Schmerzen und Schwindel auslösen

VON MARIE-ANNE SCHLOLAUT

Wenn Dr. Ingolf Säckler den einen oder anderen prominenten Moderator im Fernseher sieht, schießt ihm durch den Kopf: „Der sollte dringend mal behandelt werden.“ Denn an Kopfhaltung, Gesichtsausdruck und Bewegungsmuster lassen sich Kieferfunktionsstörungen erkennen. Und all ihre Folgen. Wenn es im Mund nicht stimmt, wenn Ober-, Unterkiefer, oder Zähne nicht korrekt stehen, wenn Implantate, Prothesen, Brücken oder Kronen minimal abweichen, können sich zum Teil gravierende körperliche Schmerzen und Haltungsschäden einstellen. Schwindel, Ohrensausen (Tinnitus), eingeschlafene Hände, Kopf-, Nacken-, Rückenschmerzen, Probleme mit der Hüfte, den Knien und Füßen sowie Störungen am Sehnerv haben manchmal ihre Ursache im Mund.

Für den Osteopathen Säckler, den Kieferorthopäden Dr. Werner Schupp und den Zahnarzt mit Schwerpunkt Prothetik Dr. Wolfgang Boisserée sind das alltägliche Erfahrungen. Aus seiner Praxis weiß Boisserée: Viele Patienten leiden an einer Kieferfunktionsstörung. Forschungen haben ergeben, dass in Deutschland rund 100 000 Menschen pro Jahr neu an Kieferstörungen erkranken.

„Weil der Stress zunimmt, nehmen auch Kieferprobleme zu“, sagt der Kieferorthopäde Schupp. Menschen unter Stress reiben und knirschen mit den Zähnen oder pressen sie zusammen. Schlimmstenfalls dauert diese Phase pro Tag

90 Minuten und verursacht einen Druck von 100 Kilo auf Gebiss und Kiefer. Das halten die besten Kaukonstruktionen nicht aus. Sie geben dem Druck nach und verschieben sich, womit eine Kette an Problemen ausgelöst wird. Im Normalfall haben Zähne von Ober- und Unterkiefer nur zehn Minuten am Tag direkten Kontakt miteinander. Somit sind 90 Minuten Stress-Kontakt ein Marathon für die Kauwerkzeuge.

„Bei einem gesunden Kiefer haben nur die Seitenzähne Kontakt, die Frontzähne nicht“, sagt Boisserée. Wer nun einwendet, dass allein schon bei den Mahlzeiten die Zähne offensichtlich länger aufeinander gepresst werden als Ärzte vermuten, irrt gewaltig. „Das Essen im Mund wird von den Scherkräften zerschnitten, ohne dass die Zähne Kontakt haben.“

Wenn durch Knirschen und Reiben die Zähne verschleifen und folglich Unter- und Oberkiefer nicht mehr korrekt zueinander stehen, dann hat das Folgen für den gesamten Gelenkapparat des Körpers. Schmerzen und Schwindel stellen sich auch dann ein, wenn Prothesen, Brücken, Kronen und Implantate nicht auf den Millimeter genau eingepasst sind. Oder wenn Zahnlücken nicht aufgefüllt werden, was oft bei fehlenden Backenzähnen vernachlässigt wird, weil diese Lücken nicht direkt ins Auge fallen. Säckler, Schupp und Boisserée zitieren renommierte Studien. Studenten mit gesundem Kiefer und gutem Gebiss wurde etwa auf einen einzigen Zahn eine 0,1 Millimeter dicke Masse aufgetragen. Alle Probanden bekamen in Folge Muskelschmerzen, einige sogar Probleme in den Kiefergelenken und – sie begannen zu schnarchen. Mehr noch: Ihre

Stresshormonwerte stiegen beachtlich an. Boisserée: „Eine logische Folge, denn der Körper kämpft gegen die Veränderungen. Das bereitet ihm Stress.“

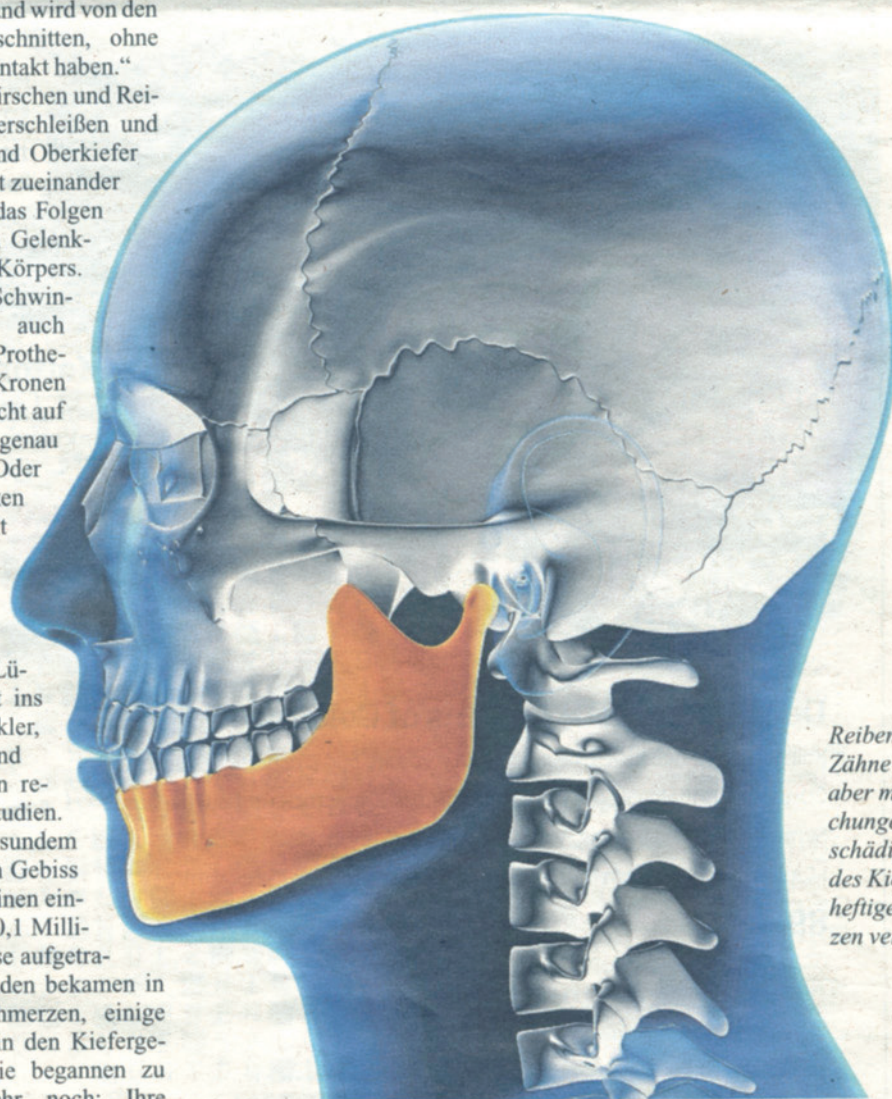
„Der Körper kämpft gegen die Veränderungen – das bereitet Stress

Für einen Nachweis hatte man den Kiefer von Versuchspersonen in eine Fehlstellung gebracht, und ihr Gehirn anschließend mit einem Kernspintomographen untersucht. Auch wenn die Ursachen für

Körperschmerzen im Mund liegen, beginnen Kiefer- und Zahnmediziner sowie der Osteopath mit der Behandlung nicht im Mund. „Wir legen den Patienten erst einmal auf die Liege, prüfen Beinlänge, Hüfte und Wirbelsäule“, sagt Schupp.

Geprüft wird auch, wie der Mensch liegt, wenn sein Kiefer entspannt ist und wenn er zubeißt. Gemessen wird, ob sich die Beinlänge im Sitzen verändert.

Ist ein Bein um 0,5 Zentimeter kürzer als das andere, dann ist dies aus ärztlicher Sicht bereits kritisch. Zahnarzt und Kieferorthopäde „entkoppeln den Biss“, das heißt, sie legen bei leicht geöffnetem Mund Hand an jede Gesichtshälfte und erfühlen Gelenke und



Reiben, K
Zähne pr
aber min
chungen
schädige
des Kiefe
heftige G
zen veru

Kosten

Eine Zahnschiene und die nachfolgende Betreuung kosten je nach Notwendigkeit der Behandlung 750 bis maximal 1500 Euro. Ein Teil der Therapiekosten wird von den gesetzlichen Krankenkassen übernommen. Private Kassen erstatten je nach Versicherungsabschluss die Kosten für die Behandlung. (mas)

Mediziner im Gespräch

„Körperschmerzen – wenn's im Mund nicht stimmt“
Donnerstag, 6. Februar, 19 Uhr,
studio dumont, Breite Str. 72, Köln

Dr. Ingolf Säckler, Osteopath,
Dr. Werner Schupp,
Kieferorthopäde
Dr. Wolfgang Boisserée, Zahnarzt
informieren über Ursachen,
Folgen und Behandlungsmöglich-
keiten von Kieferfunktionsstörun-
gen

Moderation: Marie-A. Schlolaut
Karten für 12,55 Euro (Abocard
10,50 Euro) gibt es im Servicecen-



ter Breite Str. 72, Köln, bei
Kölnticket unter 02 21/28 01

www.koelnticket.de

www.abocard.de



Dr. Wolfgang Boisserée

Dr. Ingolf Säckler

Dr. Werner Schupp

Abweichungen. Patienten sind sowohl Erwachsene als auch Kinder, denn Fehlhaltungen bei den Kleinen – wozu auch falsche Fußstellungen gehören – haben Auswirkungen auf Gebiss und Kiefer mit der sicheren Aussicht auf Spätfolgen.

„Wir würden die Kinder am liebsten ab dem fünften und sechsten Lebensjahr sehen, aber meist kommen sie erst, wenn sie zwölf und älter sind. Auch mit Milchzähnen kann man schon Kieferfehlstellungen haben“, so Schupp. Erste Indizien liefern die kinderärztlichen Vorsorge-Untersuchungen, an die sich die Mehrzahl der Eltern halten.

Korrekturen sind möglich durch Schienen, die auf die Zähne im Unterkiefer gesetzt werden, weil sie dort angenehmer zu tragen sind. Mindestens drei bis vier Monate muss man diese Schienen 24 Stunden am Tag tragen. Patienten, denen diese Schienen verpasst werden, sind sehr diszipliniert. „Schon deshalb“, so Boisserée, „weil die Schmerzen wiederkommen, wenn sie die Schiene herausnehmen.“

Zu Ingolf Säckler kommen vorrangig Patienten, die jahrelang ihre diversen Schmerzen mit allen möglichen Therapien behandeln ließen – meist ohne Erfolg. Säcklers Augenmerk richtet sich auch auf Funktionsstörungen im Kiefer:

„Rund die Hälfte meiner Patienten mit einer Kieferfunktionsstörung werden vom Zahnarzt geschickt. Bei rund 40 Prozent der Kieferfehlstellungen sind Beckenblockaden die Folge.“ 140 Untersuchungsschritte sowie eine exakte Lichtmessung liefern dem Orthopäden zuverlässige Ergebnisse. „Eine Besserung sollte sich schon nach wenigen Stunden einstellen.“

Diese wird unter anderem sichtbar an der Kopfhaltung und im Gesicht, denn die Muskulatur entspannt sich und lässt die Menschen deutlich besser aussehen. „Das Ergebnis ist verblüffend“, sagt Säckler. Allein an einem vorgestreckten Kopf oder einem nach hinten gedrücktem Hals erkenne er Hinweise darauf, dass im Mund etwas nicht stimmt. Ausgelöst werden kann das auch durch ungünstigen Zahnersatz auf Implantaten.

Manche Sportler setzen sogar schon zur Leistungssteigerung auf Zahnschienen. Der Fußballer Manuel Neuer und die Tennisspielerin Andrea Petkovic etwa tragen während eines Matches individuell für sie angefertigte Spangen. Die Idee: Die Schiene hält den Kiefer in seiner idealen Position, Muskelverspannungen verringern sich, Beweglichkeit und Reaktionsvermögen bleiben hoch. Dass dieses legale „Zahn-Doping“ tatsächlich wirken kann, hat kürzlich eine Studie der Uni Frankfurt belegt.

TAGESHOROSKOP

Jan Reimer ist Astrologe und schaut für das Magazin in die Sterne.



ILLUSTRATIONEN: NADINE MACNER



Dass Ihnen in letzter Zeit vornehmlich gleichförmige Handgriffe abverlangt wurden, wird Ihnen heute so richtig klar. Nehmen Sie sich Neues vor und ersetzen Sie Routine durch Schnupperkurse. Hasenpower pur!



So strahlend hat man Sie lange nicht gesehen, denn Ihre Freude an großen Aufgaben und Leistungen tut einem einfach gut. „Urlaub ohne Unterlass wäre ein gutes Training für den Aufenthalt in der Hölle“, wusste schon G.B. Shaw.



Menschen mit nervigen Diskussionen kommen heute bei Ihnen überhaupt nicht an, denn Sie wünschen vor allen Dingen eins: Wenig schnacken und viel machen. Sie sind ein Mensch der guten Tat. So einfach ist das!



Da Planet Mars schlecht drauf ist, könnte es sein, dass die Luft um Sie herum dicker wird als bei Quarz-Häuptling Helmut Schmidt. Am besten, Sie lassen sich nicht zum Streit verleiten und verzichten auf bockige Widerworte.



Der Himmel empfiehlt Ihnen, Ihr Außenes vor Vordermann zu bringen, denn „die Außenseite eines Menschen ist das Titelblatt seines Inneren“, sagt ein Sprichwort. Ihre „Seite eins“ kann sich heute sehen lassen. Schick und klug!



In nahezu jede Rolle zu schlüpfen, die von Ihnen erwartet wird, ist für Sie gerade kein Problem. Ihr Chef dürfte darüber erfreut sein, denn wer wünscht sich nicht ein Multivitamin-Talent in seiner Firma? Weiter so, Sportsfreund!



Sie können heute zum besserwiserischen Korinthenkacker mutieren – oder zum lernbereiten Gesprächspartner avancieren. Das Planetenministerium rät Ihnen, und das nicht nur aus sanitären Gründen, zur zweiten Variante.



Ihr Lebenskampf ist vermutlich nicht so schwer, wie etwa der des chinesischen Künstlers Ai Weiwei oder Vitali Klitschkos, aber auch Sie besitzen das Recht, sich gegen jede Form von Repression zu wehren. Respekt, Ihr Rückgrat ist stabil!



Analyse-Planet Merkur empfiehlt Ihnen: Besser Sie verzichten auf jegliche esoterische Aroma-Tee-Veranstaltung und verlassen sich nur auf Ihren Sachverstand. Nichts gegen Gefühle, aber die Ratio ist oft der bessere Ratgeber, okay?



Ihr Humor dürfte aktuell trockener als der Martini 007-Bonds sein, denn dank kosmischem Schwung kommen Sie auch beim Spaßmachen direkt auf den Punkt. Wer Hanni und Nanni liest, sollte Ihre Nähe besser meiden.



Nichts gegen Ihre Redefreudigkeit und geistige Wachheit, aber heute könnte es zu Ihrem Vorteil sein, wenn Sie Ihre gespitzten Lauscher an die Macht lassen. Schon H. Kudzus wusste: „Der Lärm des Daseins beginnt mit der Sprache.“



Gut möglich, dass Ihr genetisch veranlagtes Sicherheitsbedürfnis Sie heute eher einengt und Ihnen deshalb der Mut fehlt, etwas Neues zu wagen. Denken Sie daran: Ohne Abenteuer ist das Leben so aufregend wie eine Baldriantinktur.