

# **CMD Info**

Andreas Hahn  
2010/03/07 14:00

# Table of Contents

## Was ist CMD?

„CMD“ ist die Abkürzung der zahnmedizinischen Bezeichnung für **cranio-mandibuläre Dysfunktion**.

(Cranium = Schädel; Mandibula = Unterkiefer; Dysfunktion = Fehlfunktion)

Diese beschreibt eine Störung des Zusammenwirkens der Zähne, Kaumuskeln und Kiefergelenke. Normalerweise funktionieren diese gemeinsam als „Kauorgan“. Bei CMD funktioniert dieses Zusammenspiel nicht mehr, daher der Begriff „Dysfunktion“.

**Ein gestörtes Zusammenspiel der Zähne von Ober- und Unterkiefer führt zu einer fehlerhaften Bisslage**, wodurch sich beide **Kiefergelenke** zwangsläufig in eine unphysiologische Lage bringen. Dies erzeugt Druck auf die umliegende Muskulatur, die so in unnatürlicher Weise beansprucht und belastet wird. Auf Dauer kann dieses zu Verspannungen und Schmerzen auch in anderen Teilen des Stütz- und Bewegungsapparates führen. So können oft Schmerzen an Zähnen, Kiefergelenken, Gesicht, Ohren-, Kopf-, Rückenschmerzen, Schwindel, Migräne, Schulterverspannungen etc durch einen falschen Biss ausgelöst werden.

Im optimalen Zustand treffen obere und untere Zahnreihe gleichmäßig aufeinander. Kaumuskulatur, Gelenke und Zähne befinden sich dann in einer ökonomischen Harmonie. Wenn dieses System gestört ist, kann es zu zahlreichen Beschwerden kommen, weil die gesamte Harmonie der Körperstatik aus dem Gleichgewicht gerät.

Bei einem Fehlbiss werden die Zähne nicht mehr gleichmäßig belastet. Gründe für den Fehlbiss können schlecht angepasste Kronen oder Brücken, falsch modellierte Füllungen, Zahnfehlstellungen oder fehlende Zähne sein. Aber auch ein Schleudertrauma oder eine Verletzung der Halswirbelsäule kann hinter einer CMD stecken.

Auch psychischer Stress kann die Aktivität der Kau- und Kopfmuskulatur erhöhen. So wird z.B. nachts, aber auch tagsüber, der tägliche Stress über die Kaumuskulatur mit den Zähnen verarbeitet. Das führt zum Zähneknirschen, Beißen, Reiben oder Pressen.

### Folgende Symptome können auftreten:

- Gesichtschmerzen
- Eingeschränkte Mundöffnung
- Nackenschmerzen/Schulterverspannungen
- Kopfschmerzen bis zu migräneartigen Anfällen
- Rückenschmerzen und Verspannungen bzw. Blockierungen
- Schwindel
- Tinnitus (Ohrgeräusche)
- Ohrenschmerzen
- Knacken, Reiben, Haken, Pressen, Beißen und Knirschen mit Verlust an Zahnschmelze
- Sprach- und Schluckbeschwerden
- und viele mehr

### Therapie

Ein Behandler alleine genügt für die Therapie der CMD in der Regel nicht. Die **Zusammenarbeit** von Zahnärzten, Kieferorthopäden, Kieferchirurgen, Orthopäden und anderen Fachärzten, Physiotherapeuten, Osteopathen oder Cranio-Sacral-Therapeuten, Logopäden usw. ist notwendig.

Neben der ärztlichen Therapie gibt es mehrere Methoden, die Beschwerden zu verringern. Wärme- und Kältetherapien, manuelle Techniken, Akupunktur, Pflanzenheilkunde und Entspannungstechniken tragen wesentlich zum langfristigen Therapieerfolg bei. Die Wahl der Methode wird auf Ihre individuellen Bedürfnisse und Beschwerden abgestimmt.