

Sind Kopfschmerzen und Nackenverspannungen ein Fall für den Zahnarzt?

# Neuer Test für Patienten

Kopfschmerzen, Schwindel, Verspannungen im Rücken und Nacken quälen viele Menschen. Selbst nach jahrelangen Untersuchungen bleibt die Ursache oft unklar, die Wenigsten vermuten sie im Bereich des Kiefers. Doch genau dort kann der Auslöser liegen. Ob es Anzeichen dafür gibt und der Gang zum Zahnarzt sinnvoll ist, können Patienten jetzt mit einem Selbsttest herausfinden.

Während des Deutschen Zahnärztetages 2005, der erstmals in Verbindung mit der Jahrestagung der Deutschen Gesellschaft für Zahn-, Mund- und Kieferheilkunde (DGZMK) unter dem Motto „ZahnMEDIZIN interdisziplinär“ stattfand, wurde dieser Selbsttest für Patienten vorgestellt. Symptome wie Kopfschmerzen oder Nackenverspannungen sind oft von einer gestörten Funktion im Zusammenspiel von Ober- und Unterkiefer begleitet. Die medizinische Bezeichnung dafür heißt „craniomandibuläre Dysfunktion“, kurz CMD. Sie leitet sich ab von Cranium (Schädel), Mandibula (Unterkiefer) und Dysfunktion (Fehlfunktion). Eine solche Fehlfunktion kann sich sowohl auf Nachbar- als auch auf entfernte Organe auswirken.

Die Ursachen für CMD können vielfältig sein: Fehlstellungen der Zähne, fehlende Zähne oder fehlerhafte Füllungen oder Zahnkro-

nen. Ebenso können Funktionsstörungen der Kiefergelenke sowie der Kiefer- und Kaumuskelatur CMD verursachen. In diesem Zusammenhang sind Angewohnheiten wie Lippenpressen, Wangensaugen, Kauen auf Stiften, Nuckeln oder das oft stressbedingte Zusammenbeißen der Zähne häufige Auslöser. Oftmals verursachen sie Verspannungen der Kaumuskelatur und Schmerzen, die sich auch auf andere Körperregionen wie Nackenmuskulatur, Rücken und Becken übertragen. Typisch für eine craniomandibuläre Dysfunktion sind Schwierigkeiten beim Kauen, schmerzhafte Knackgeräusche im Bereich vor dem Ohr und bei einigen Patienten Einschränkungen der Mundöffnung und Schmerzen. Bleibt die Funktionsstörung unbehandelt, kann sie zu einer chronischen Schmerzkrankung werden.

Für Diagnostik und Behandlung von CMD gibt es bewährte Hilfsmittel. Neu ist der Selbsttest für Patienten: ein fachlich bewährter, einfacher Test mit einer Anleitung, der auf einer Software enthalten ist. Die Anleitung verbindet kurze Demonstrations-Videos und erläuternde Texte mit einer Auswertungsfunktion für die Anwendung des Tests zu Hause. Die Auswertung erfolgt auf Kopf-

druck. Die Software gibt's zum Download kostenlos im Internet unter [www.CMDcheck.de](http://www.CMDcheck.de)

„Der zahnmedizinische Laie kann mit dem Selbsttest abschätzen, ob Anzeichen für eine craniomandibuläre Dysfunktion beim ihm vorhanden sind. Ist dies der Fall, kann er einen Bericht für den eigenen Zahnarzt ausdrucken“, erklärt Prof. Dr. Holger A. Jakstat, Zentrum für Zahn-, Mund- und Kieferheilkunde der Universität Leipzig. Gemeinsam mit Privat-Dozent Dr. M. Oliver Ahlers, CMD-Zentrum Hamburg-Eppendorf und Universität Hamburg, hat er den Test und die Software entwickelt. Der Zahnarzt könne daraufhin das Testergebnis überprüfen und gegebenenfalls eine weiterführende Diagnostik (zahnärztliche Funktionsanalyse) und Therapie (Funktionstherapie) einleiten, so Jakstat.

Wichtig für die Diag-

nose und die erfolgreiche Therapie einer craniomandibulären Dysfunktion ist die enge Zusammenarbeit der unterschiedlichen medizinischen Disziplinen der Zahnheilkunde, der Allgemeinmedizin, Orthopädie, Physiotherapie und gegebenenfalls Psychosomatik. Zudem kann auch bei Tinnitus eine zahnärztliche Mitbehand-

lung sinnvoll sein; Hals-Nasen-Ohren-Ärzte sind darüber zunehmend informiert.

**Info:** Weitere Informationen finden Sie im Internet unter [www.rundum-zahngesund.de](http://www.rundum-zahngesund.de), der Homepage der Sektion Zahngesundheit im Deutschen Grünen Kreuz e. V.



## Preiselbeeren schützen vor Karies

Die Früchte erschweren es Bakterien wie etwa jenen vom Stamm *Streptococcus mutans*, an der Zahnoberfläche Halt zu finden, wie Wissenschaftler der amerikanischen Universität Rochester entdeckten. Zudem hemmen die Beeren ein Enzym, das die Bakterien zur Bildung von Zahnplaques benötigen. Von der Eigenbehandlung mit Preiselbeeren zur Kariesprophylaxe rät Untersuchungsleiter Hyun Koo jedoch ab: Preiselbeersaft sei gewöhnlich mit Zucker versetzt, zudem könne die Säure der Früchte den Zähnen zusetzen, erklärt der Forscher, dessen Untersuchungsergebnisse in der Zeitschrift „Caries Research“ veröffentlicht wurden. Stattdessen will Koo nun die aktiven Inhaltsstoffe von Preiselbeeren isolieren und dann etwa Zahnpasta oder Mundwasser beimischen. ap

## Stress kann sich auf Cholesterinwert auswirken

Stress lässt bei manchen Menschen den Cholesterinwert ansteigen. Britische Forscher entdeckten in einer Studie, dass die Bewältigung schwieriger Aufgaben den Blutfettspiegel mancher Teilnehmer deutlich anhub. Als die Wissenschaftler die erwachsenen Testpersonen drei Jahre später erneut untersuchten, waren die Cholesterinwerte zwar erwartungsgemäß bei allen angestiegen. Besonders deutlich fiel diese Zunahme aber bei jenen Menschen aus, die bei der ersten Untersuchung auf Stressbelastung überdurchschnittlich empfindlich reagiert hatten. Bei ihnen war das Risiko für erhöhte Werte drei Mal höher als bei den Teilnehmern, bei denen sich Stress kaum auf die Cholesterinkonzentration ausgewirkt hatte. „Die im Labor gemessenen Cholesterin-Reaktionen spiegeln wahrscheinlich auch die Art wider, wie die Leute auf Herausforderungen im täglichen Leben reagieren“, betonte Studienleiter Andrew Steptoe.

### Redaktion:

Jeanette Nentwig (stellv. Ltg.), Sabine Goris  
Telefon 0451/ 144-1790, Fax 0451/144-1776  
Email: [Kollektive@LN-Luebeck.de](mailto:Kollektive@LN-Luebeck.de)