

Rückenschmerzen durch Kieferprobleme



Eine Funktionsstörung im Kiefergelenk kann sich auf den gesamten Körper negativ auswirken.

Kopf-, Nackenschmerzen, Migräne, Schwindel, Ohrdruck, Tinnitus - Ursache all dieser Beschwerden kann eine Funktionsstörung im Kiefergelenk sein. Die Craniomandibuläre Dysfunktion (CMD) kann sich auf den ganzen Körper auswirken. Der Kiefer ist unser stärkstes Gelenk und durch Nerven und Muskeln mit Nacken und Ohr verbunden. Passen Ober- und Unterkiefer nicht richtig aufeinander, kann das zu zahlreichen Beschwerden führen. Fehlstellungen kann der Körper lange kompensieren, aber irgendwann treten massive Probleme auf. Betroffene denken meist zunächst gar nicht an den Kiefer, sondern erst, wenn er beispielsweise beim Kauen knackt.

Beschwerden durch falsch angepassten Zahnersatz

Ein falsch angepasster Zahnersatz kann zum Beispiel für Ohrdruck und das Kieferknacken verantwortlich sein. Stehen die Kronen höher als die anderen Zähne, kommt es zu einer permanenten Anspannung im Kiefer und in der Umgebung, also auch im Ohrbereich. Die Beschwerden entstehen, weil der Biss schief und das Kiefergelenk verschoben ist. Eine Schiene kann Linderung verschaffen: Dazu misst der Zahnarzt aus, wie Ober- und Unterkiefer richtig zueinander passen, wo die Zähne aufeinander treffen sollten und in welchem Abstand sie stehen müssen. In dieser Position fertigt er den Abdruck für die Schiene. Diese entlastet dann den ganzen Kiefer und die umgebenden Strukturen - alles kann sich entspannen und regenerieren.

Spezielle Physiotherapie für den Kiefer wichtig

Bei einer CMD sollten zudem auch mögliche Ursachen wie Stress oder fehlende Entspannung berücksichtigt werden. Tägliche Übungen helfen, den Kiefer zu lockern und wieder in die richtige Position zu bringen. Dazu ist eine spezielle Physiotherapie für den Kiefer und den ganzen Körper wichtig. Sie hilft auch, wenn ein verschobener Kiefer Ursache für Rücken- und Nackenschmerzen sowie Schwindel ist.

Knacken kann auf Arthrose hinweisen

Eine manuelle Therapie kann auch helfen, wenn sich der Mund aufgrund eines verschlissenen Gelenks (Arthrose) kaum noch öffnen lässt: Ein Knacken im Kiefergelenk ist ein Zeichen dafür, dass die Knorpelscheibe im Gelenk nicht am richtigen Platz sitzt. Bei der Mundöffnung zieht sich die Gelenkkapsel zusammen, verkrampft und engt das Gelenk immer mehr ein, bis es fast ganz blockiert. Der Therapeut dehnt und erweitert die Kapsel. Das tut zwar weh, aber danach ist das Gelenk wieder frei und der Mund lässt sich ohne Anstrengung wieder weit öffnen, die Schmerzen verschwinden.