

Experten-Tipp

Kopfschmerzen durch schiefe Zähne – geht das?



Fotonachweis: imago images

Die Auslöser von Kopfschmerzen können sehr unterschiedlich sein, die genaue Bestimmung der Schmerzursache ist deshalb meist schwierig und langwierig. Was vielen nicht bekannt ist und deshalb häufig übersehen wird: Neben Verspannungen und anderen orthopädischen Problemen können Kopfschmerzen auch durch Zahnfehlstellungen hervorgerufen werden. Wir erklären den Zusammenhang.

Gesunde Zähne sind die Grundlage für einen gesunden Körper. Dass sich fehlende, entzündete oder nicht korrekt stehende Zähne also negativ auf das Wohlbefinden auswirken können, haben wohl die meisten Menschen schon einmal erlebt. Was viele Patienten aber nicht wissen: Kopfschmerzen, Rückenprobleme und Schwindel können ihren Ursprung ebenfalls in Zahn- oder Kieferproblemen haben.

Zahnfehlstellung schlecht für Gesundheit

Eine Fehlfunktion des Kauystems belastet Nerven und Muskulatur und kann zu Problemen im gesamten Stütz- und Bewegungsapparat führen oder auch Kopfschmerzen auslösen.

"Zahnfehlstellungen können sich auf den ganzen Organismus negativ auswirken. Schon der Verlust eines einzigen Zahns kann weitreichende Folgen für die gesamte Körperstatik haben", warnt Jochen H. Schmidt, zahnärztlicher Leiter des Carree Dental in Köln.

Unser Kiefer ist über Muskeln und Nerven mit der Wirbelsäule verbunden. Wer ein gesundes Gebiss hat, belastet die Zähne beim Kauen in der Regel gleichmäßig. Entsteht durch eine Zahnfehlstellung, eine Zahnücke, Zahnschmerzen oder einen schlecht sitzenden Zahnersatz eine Fehlbelastung der Kaumuskulatur, kann dies in Nacken und Rücken ausstrahlen. Oft sind scheinbar unerklärliche Kopfschmerzen bis hin zur Migräne die Folge.

Das Tückische: Gerade kleine Fehlstellungen oder falsch eingesetzter Zahnersatz werden von Betroffenen selten selbst bemerkt. Auch Zähneknirschen oder das Zusammenpressen der Zähne bei Stress oder im Schlaf passieren meist unbewusst, können aber auch zu Funktionsstörungen im Kausystem führen.

"Da bei Fehlstellungen nicht jeder Zahn den optimalen Kontakt zum Gegenzahn hat, versucht die Muskulatur des Kauapparates, dieses Ungleichgewicht auszugleichen. Und über kurz oder lang verkrampt unsere Nacken- und Rückenmuskulatur. Die Zahn-Fehlstellungen führen so zu einer Verkürzung der Kaumuskulatur. Diese kann sich unterschiedlich auf die Wirbelsäule auswirken und zu deren Verdrehung führen", erklärt der Experte.

Craniomandibuläre Dysfunktion: Diagnose von CMD

Die funktionelle Störung des Zusammenspiels von Zähnen, Kaumuskulatur und Kiefergelenken nennt man Craniomandibuläre Dysfunktion (CMD). Die Gesellschaft für Zahngesundheit, Funktion und Ästhetik geht davon aus, dass etwa 20 Prozent der Bevölkerung unter behandlungsbedürftigen CMD-Symptomen leiden.

Da bei Symptomen wie Kopf- oder Rückenschmerzen, Tinnitus, Schwindel oder Schlafstörungen ein möglicher Zusammenhang mit Kiefergelenk-Problemen meist nicht in Betracht gezogen wird, erhalten Patienten häufig nicht die richtige Therapie und haben einen langen Leidensweg hinter sich. Wer über ungeklärte chronische Beschwerden klagt, sollte deshalb verschiedene Fachärzte aufsuchen, einige Zahnärzte haben sich sogar auf die CMD-Diagnostik spezialisiert. Praxen in ganz Deutschland finden Sie hier.

"Das komplexe CMD-Erkrankungsbild ist nur bei ganzheitlicher Betrachtung des Patienten durch HNO-Ärzte, Internisten, Orthopäden, Physiotherapeuten und anderen Spezialisten zu erfassen und ganzheitlich zu behandeln", sagt Schmidt.

Therapie von CMD

Die richtige Therapie muss im Einzelfall individuell festgelegt werden. Grundsätzlich ist es aber wichtig, den Körper bei einer CMD-Erkrankung im Ganzen zu betrachten. Deshalb sollten auch Maßnahmen zur Stressbewältigung und Muskelentspannung Teil der Therapie sein. "Wichtig ist es, den Patienten die Wechselwirkung von Zähnen und anderen Körperregionen detailliert zu erklären", sagt Schmidt.

Um Kiefer oder Zähne wieder in die richtige Position zu rücken oder Zähneknirschen zu verhindern, wird in der Regel das Tragen einer Aufbissschiene empfohlen. Sie entlastet die Kiefergelenke und entspannt die Kau- und Kopfmuskulatur. Notwendige Korrekturen von Zahnfehlstellungen können von einem spezialisierten Zahnarzt vorgenommen werden.

© web.de / gmx.net

Fotocredits: imago images

Alle Inhalte, insbesondere die Texte und Bilder von Agenturen, sind urheberrechtlich geschützt und dürfen nur im Rahmen der gewöhnlichen Nutzung des Angebots vervielfältigt, verbreitet oder sonst genutzt werden.