

Arzt-Kolumne

Leistungsstark mit gesundem Biss



image supplied by privat

Dr. Jochen H. Schmidt ist zahnärztlicher Leiter des Carree Dental in Köln. Er besitzt den "Master of Science in Oral Implantology and Surgery".

Der 37-Jährige war eigentlich geradezu ein Musterpatient: Regelmäßig ließ er sich ärztlich von Kopf bis Fuß durchchecken – stets mit hervorragendem Ergebnis. Doch trotz dieser Vorsorgemaßnahmen und intensiven Trainings hatte der begeisterte Leichtathlet in letzter Zeit zunehmende Konditions- und Gesundheitsprobleme.

Kampf gegen Bakterien

Was er nicht wusste: Oft haben Leistungsabbau, geminderte Abwehrkräfte und Verletzungsanfälligkeit auch dentale Ursachen wie etwa abgestorbene Zahnnerven, chronische Entzündungen von Zähnen und Zahnfleisch oder Kieferfehlfunktionen. Bekannt ist, dass durch eine Entzündung permanent sogenannte Entzündungsmediatoren ausgeschüttet werden. Um diese Botenstoffe abzumildern und die Bakterien in Schach zu halten, muss der Körper viel Kraft aufwenden. Andere körperliche Leistungen können nur noch eingeschränkt erbracht werden.

Im Fall des 37-Jährigen erwies sich eine erhebliche Fehlstellung der Zähne als sportliche Leistungsbremse mit großen Auswirkungen auf den kompletten Bewegungsapparat. Schließlich ist der Kiefer über Muskeln und Nerven mit der

Wirbelsäule verbunden. Schon der Verlust oder die Fehlstellung eines einzigen Zahns können somit weitreichende Folgen für die gesamte Körperstatik und viele Bewegungsabläufe haben.

Fehlstellung korrigieren

Basis für eine effiziente Therapie ist in der Regel die interdisziplinäre Zusammenarbeit von Zahnärzten, Orthopäden, Physiotherapeuten und Psychologen. Doch vielfach können die Beschwerden bereits durch eine Aufbiss-Schiene aus Kunststoff behoben oder zumindest wesentlich gelindert werden. Diese gleicht die Fehlstellung der Zähne aus. Fehlbelastungen der Muskulatur werden beseitigt, Kiefergelenke entlastet und die Kau- und Kopfmuskulatur wird entspannt. Dadurch steigern sich auch Leistungs- und Koordinationsfähigkeit und die Verletzungsanfälligkeit sinkt. Und auch das Zähneknirschen als häufiges Begleitsymptom verschwindet. Diese positiven Effekte ließen auch den passionierten Leichtathleten nach wenigen Wochen wieder konditionell und sportlich durchstarten.

© prisma

Fotocredits: privat

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.