

MEDIZINFRAGE

Warum knirschen wir nachts mit den Zähnen?

Experten schätzen, dass jeder Dritte in der Nacht mit den Zähnen knirscht. Das ist nicht nur schlecht für Zähne und Zahnfleisch des Betroffenen, sondern zudem oft auch störend für den Partner. Aber warum mahlen wir mit den Zähnen?

„In den weitaus meisten Fällen stecken Stress oder seelische Belastungen dahinter. Oft führen einschneidende Erlebnisse wie der Tod einer Partners, Scheidung oder Kündigung zum Bruxismus, so die medizinische Bezeichnung dafür“, Dr. Jochen H. Schmidt, leitender Zahnarzt des Carree Dental in Köln.

Neben beruflichem oder privatem Kummer führen aber auch schlecht sitzende Kronen, Füllungen oder Prothesen dazu, dass wir nachts mit den Zähnen mahlen.

Weitere mögliche Auslöser sind schiefe Zähne, genetisch bedingte Fehlfunktionen oder Erkrankungen im Kieferbereich. Aber auch Alkohol, Drogen und bestimmte Medikamente können Zähneknirschen verursachen.

Die Folgen sollten nicht unterschätzt werden:

„Risse im Zahnschmelz, abgeriebene Zähne, sogar Kopf- und Rückenschmerzen sowie Kieferfehlstellungen sind mögliche Folgen des willkürlichen Malmens und Pressens in der Nacht“, so der Zahnmediziner.

© Bild.de

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.