

CMD-Test

Kopfschmerz, Knirschen, Kiefer-Verspannung

Das Zusammenspiel von Zähnen, Muskeln und Kiefergelenk ist wichtiger als bislang angenommen. Funktionsstörungen des Kauorgans bzw. die „Kraniomandibulären Dysfunktionen (CMD)“ zählen zu den häufigsten Erkrankungen in der Zahnmedizin. Schon kleine Störungen können mittelfristig zu Verspannungen oder Kopfschmerz führen. Auch nächtliches Zähneknirschen belastet den Kopf und den Halsbereich über Gebühr. Für Menschen mit regelmäßigen Kopfschmerzen oder unerklärlichen Verspannungen haben Priv.-Doz. Dr. Ahlers und Prof. Dr. Jakstat einen Test – den sogenannten „CMDcheck“ entwickelt. proDente stellt diesen in Form eines Internet-Angebots bereit (<http://www.prodente.de/1508.0.html>).

Mithilfe von sechs Tests, die zu Hause vor dem Spiegel durchgeführt werden können, können Betroffene prüfen, ob eventuell eine kranio-mandibuläre Dysfunktion vorliegt. Die einzelnen Tests werden jeweils durch kleine Videofilme verdeutlicht. Zu jeder Übung erhält der interessierte Laie ein Ergebnis. Die Ergebnisse insgesamt geben einen gut begründeten Anhaltspunkt, ob im Einzelfall eine kranio-mandibuläre Dysfunktion (CMD) vorliegt.



„Diese Anwendung ersetzt keinesfalls den Zahnarztbesuch oder gar eine Diagnose“, erläutert Dirk Kropp, Geschäftsführer proDente, das Internet-Angebot.

Mithilfe des Tests kann allerdings in nur 10 Minuten deutlich gemacht werden, ob ein Zahnarzt die Störungen näher kontrollieren sollte, um sie gegebenenfalls zu beseitigen.

Krankheitsbild CMD schwer zu diagnostizieren

Gerade Patienten mit einer CMD haben häufig eine wahre Odyssee an Arztbesuchen hinter sich, ohne über einen konkreten Befund zu verfügen. Das Krankheitsbild ist schwerer zu erkennen als Karies oder Zahnfleischerkrankungen (Parodontits). Das liegt daran, dass eine ganze Reihe von auslösenden und fördernden Faktoren die Ursache bilden. Dies erschwert einen schnellen Befund und führt dazu, dass Patienten mit chronischen Beschwerden häufig verschiedene Fachärzte aufsuchen, bevor der Rat eines Zahnmediziners eingeholt wird. Wenn dann nach einem solch langen Zeitraum die Beschwerden noch immer fortbestehen, ist eine erfolgreiche Behandlung umso schwieriger.

„CMDcheck“ basiert auf Hamburger Studie

Der „CMDcheck“ geht auf eine wissenschaftliche Studie unter der Leitung von Priv.-Doz. Dr. Ahlers und Prof. Dr. Jakstat am Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf (UKE) zurück.

Tests für Menge, Bakteriengehalt und Widerstandsfähigkeit

Speichel offenbart Risiko

Unser Speichel hat eine wichtige Funktion im Mund – er sorgt für ein gutes Klima und damit für gesunde Zähne und Zahnfleisch. An seinem pH-Wert kann das individuelle Kariesrisiko gemessen werden.

Dieser sogenannte „Speicheltest“ funktioniert ganz einfach: mit einem speziellen Teststreifen wird Speichel entnommen und auf einen Nährboden gebracht. In einem Brutschrank vermehren sich dann die Bakterien und Bazillen. Anschließend wird deren Konzentration abgelesen. Eine große Anzahl von Laktobazillen deutet auf den häufigen Verzehr von Zucker hin. Hier kämpft der Speichel ständig gegen Gärungssäuren, welche durch Bakterien aus dem Zucker gebildet wurden. Der Speichel schafft es nicht mehr, die Säure zu neutralisieren und die Zähne mit Mineralstoffen zu versorgen. Die Folge: der Zahnschmelz wird weich und das Kariesrisiko erhöht sich.

Säure greift Zähne an

Ein anderer Grund für einen kritisch niedrigen pH-Wert kann der häufige Genuss von säurehaltigen Lebensmitteln und Getränken sein. Hierzu gehören unter anderem Zitrusfrüchte, Cola, Fruchtsäfte und Essig. Die permanente direkte Säureeinwirkung kann zu einer Erosion des Zahnschmelzes führen. Um dies nicht zu fördern oder zu beschleunigen gilt: Nach Saurem Finger weg von der Zahnbürste – der aufgeweichte Zahnschmelz könnte mit weggeputzt werden.

Klüger ist es, 30 bis 60 Minuten zu warten und so dem Speichel das Feld zu überlassen. Dieser neutralisiert mit sogenannten „Puffern“ die Säure und versorgt die Zähne mit Mineralstoffen, dass deren Zahnschmelz wieder hart wird. Der Speicheltest gibt über diese „Pufferkapazität“ des Speichels Aufschluss.

Streptococcus mutans

Weitere wichtige Informationen ergeben sich aus der vorhandenen Menge des Bazillus Streptococcus mutans, einem der wichtigsten Kariesverursacher. Ist er zahlreich vorhanden, besteht ein erhöhtes Kariesrisiko. Der Speicheltest eignet sich im Besonderen für Kinder, um deren Risiko festzustellen, bevor es zu Schäden an den Zähnen kommt.

