

# Mit Biofeedback gegen die Verbissenheit

**HERSTELLERINFORMATION** Erschöpfung als Folge körperlicher oder seelischer Dauerbelastung hat viele Gesichter und begegnet uns in der psychotherapeutischen Praxis immer öfter. Können medizinische Ursachen, zum Beispiel endokrine Leiden oder Eisen- oder Vitamin-B-Mangel, ausgeschlossen werden, entscheiden sich Patienten immer öfter dafür, eine Psychotherapie zu beginnen, um den seelischen Ursachen für ihre andauernde Müdigkeit, Unkonzentriertheit und Abgeschlagenheit auf den Grund zu gehen.

Als Begleitsymptome des Erschöpfungssyndroms werden sehr häufig zerhackter Schlaf, starke morgendliche Verspannungen, Kopf- und Nackenschmerzen, Tinnitus, Rückenbeschwerden sowie Libidoverlust genannt. Auch Angst vor dem Einschlafen, weil die verspannte Schlafqualität keinen Erholungswert mehr bietet, kommt in vielen Fällen hinzu. Die – in den meisten Fällen sehr leistungsbewussten – Patienten berichten, dass sie immer nervöser, schlapper und emotional labiler werden, ohne einen Ausweg aus ihrem zermürbenden Kampf von unbedingtem Leistungswillen gegen umfassende Erschöpfung zu finden.

## Umfassende Diagnostik

Neben der Abklärung, ob es sich bei den geschilderten Beschwerden möglicherweise um eine starke Depression handelt, deren (ggf. auch medikamentöse) Behandlung in die Hände eines Facharztes für Psychotherapie gehört, sollte bei der psychotherapeutischen Anamnese unbedingt abgefragt werden, ob sich die Patienten in zahnärztlicher Behandlung befinden. Bereits beim Begrüßungslächeln können zum Beispiel abgeschliffene Zahnreihen oder eine ausgeprägte Kiefermuskulatur Wegweiser zur passenden Behandlungsstrategie sein. Warum? Häufig wird angestauter Stress durch Zähneknirschen verarbeitet, und es sind sogenannte Bruxismussymptome, die verzweifelt erschöpfte Patienten in die psychotherapeutische Praxis führen. Bruxismus, das Zähneknirschen und -pressen, vor allem, aber nicht nur im Schlaf, ist eine Krankheit, von



bruXane personal ist eine individuell angepasste Zahnschiene und bietet einen angenehmen Tragekomfort.

der Millionen Menschen betroffen sind, ohne es zu wissen. Die Ursachen sind vielfältig und werden kontrovers diskutiert. Als seelische Auslöser gelten Zwänge, Stressbewältigung und Verdrängungsmechanismen. Doch zur möglichst raschen Linderung von den zuvor beschriebenen Erschöpfungssymptomen ist eine Diskussion der Frage nach Huhn oder Ei nicht im Sinne eines leidenden Patienten.

## Ganzheitliche Unterstützung zur Stressbewältigung

In einem ersten Behandlungsschritt können die quälenden Bruxismussymptome mit innovativen Biofeedback-Verfahren wirkungsvoll gelindert werden, damit Patienten erst einmal wieder entspannt schlafen und ohne schmerzhaftes Verspannungen durch den Tag gehen können. In einem zweiten Schritt kann der therapiefähige, emotional stabilere und körperlich wache Patient die verdrängten

emotionalen Umstände und selbstbehindernden Mechanismen aufarbeiten, die zu der schmerzhaften Verbissenheit führen. Diese Vorgehensweise achtet den Patienten als Körper-Geist-Seele-Einheit und bietet ihm ganzheitliche Unterstützung zur Bewältigung seines ihn chronisch erschöpfenden Verhaltens.

Eine echte Innovation für den ersten Schritt der körperlichen Linderung stellt die Aufbisschiene bruXane® dar, welche mit Biofeedback funktioniert. Das benutzerfreundliche Hilfsmittel wurde in mehreren Varianten entwickelt und hilft nachweislich studienbasiert auch gegen schwere Formen von Bruxismus und die Folgesymptome.

## Sanfte Vibrationen erreichen das Unterbewusstsein

bruXane® integriert moderne Biofeedback-Erkenntnisse in einer klassischen Aufbisschiene, reduziert die Anzahl und Dauer der Knirschphasen, und



Bei der bruXane 2go handelt es sich um eine Biofeedback-Zahnschiene in Einheitsgröße.

circa zwei Monaten sollte bei nächtlichem Dauergebrauch jedoch nicht überschritten werden. Ihre Einheitsgröße bietet nicht den gleichen Tragekomfort wie eine individuell hergestellte bruXane personal, sie hilft vielen Patienten aber in einem ersten Schritt, ihre körperlichen Erschöpfungssymptome zu lindern oder sogar aufzulösen.

weist ihren Träger durch zarte Vibration und einen Summton auf sein Zähneknirschen hin. Das Unterbewusstsein wird sanft daran erinnert, den Knirsch- oder Pressimpuls wieder aufzulösen. Die Eingewöhnungszeit ist mit nur wenigen Tagen überraschend kurz. Angst, durch eine Vibration aus dem Schlaf gerissen zu werden, ist unbegründet.

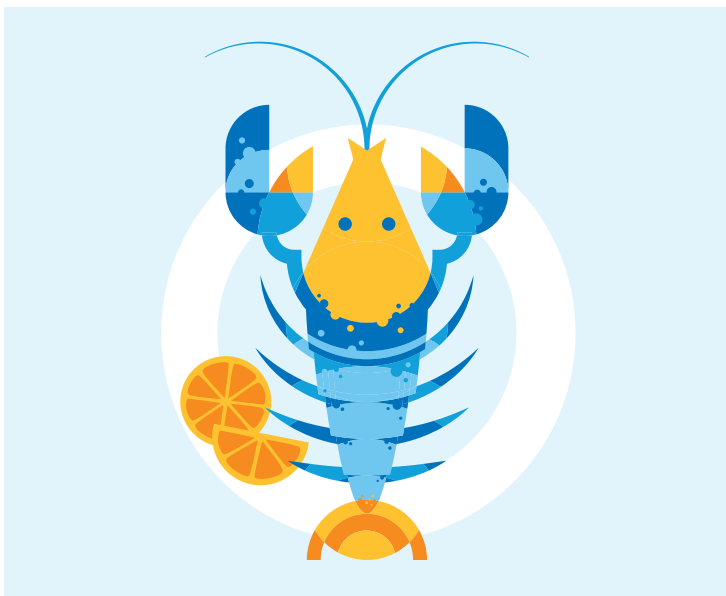
Zum Testen des innovativen Biofeedback-Systems oder für Gelegenheitsknirscher, z. B. Zähneknirschen oder -pressen bei herausfordernden sportlichen Events, extrem hoher Arbeitsbelastung, vorübergehender Stresssituationen in der Familie oder während einer Prüfungsvorbereitung, gibt es die kostengünstige bruXane 2go. Die Tragedauer dieser Schiene von

## INFORMATION

**Dipl.-Päd. Petra Beier**  
Heilpraktikerin  
(beschränkt auf Psychotherapie)

**ber.t.a.**  
**Psychotherapeutische Praxis**  
Rüstringer Straße 8  
26121 Oldenburg  
Tel.: 0162 1910243  
[www.ber-ta-oldenburg.de](http://www.ber-ta-oldenburg.de)

ANZEIGE



## Wie viele Fehler finden Sie?

Sie finden keinen Fehler? Scheren Sie sich nicht darum. Wir von der PVS dental finden täglich viele Fehler, die anderen gar nicht auffallen. Der Beweis: Bei 97 von 100 PVS dental Neukunden identifizieren unsere Spezialisten Verbesserungspotenziale in der Abrechnung.

Sind Ihre Abrechnungsprozesse also nicht so optimal, wie Sie glauben? Genau so ist es! Und genau dabei können wir Ihnen helfen. **Mit der zahnärztlichen Privatliquidation nehmen wir es ganz genau** - und bieten Ihnen die genaueste Rechnungsprüfung auf dem deutschen Markt.

Übrigens: Als Kunde der PVS dental dürfen Sie sich neben dem guten Gefühl, alles genau richtig zu machen, auch über Zeitgewinn und mehr Honorar freuen. Vielleicht gehen Sie mal wieder so richtig schön essen?

**Mehr unter: [www.pvs-dental.de](http://www.pvs-dental.de)**