

„Der Kiefer ist genauso wichtig wie die Halswirbelsäule“

FUNKTION Neben der umfassenden Behandlung von funktionellen Störungen des Kiefergelenks durch den Zahnmediziner und Zahntechniker rückt in diesem Zusammenhang eine weitere Fachdisziplin in den Behandlungsablauf: die Physiotherapie. Im Interview erzählt Physiotherapeutin Anja Vogel, warum ein ganzheitlicher Ansatz und eine interdisziplinäre Zusammenarbeit für einen nachhaltigen Behandlungserfolg des Patienten enorm wichtig sind.

Frau Vogel, erzählen Sie bitte kurz etwas über sich und Ihre Praxis.

Ich bin seit 2014 mit meiner eigenen physiotherapeutischen Praxis selbstständig tätig. Als Angestellte wurde die herkömmliche Physiotherapie zu eng und ich wollte gern ein freieres ganzheitlicheres Konzept verfolgen, inklusive der Arbeit mit Patienten mit Kieferfunktionsstörungen. Ich arbeite immer im Stundenkonzept, d. h. wenn die Verordnung über diese Länge ausgestellt ist, habe ich genügend Zeit für eine ausreichende Befundung. Wir schauen uns Alltagsbewegungen der Patienten genauer an, anfangen von den Füßen bis zum Kopf. Je nachdem, welchen Körperbereich es angeht, aber meist ist es wirklich der ganze Mensch, den wir erst mal wieder einordnen müssen. Ich habe zwei Mitarbeiterinnen, eine Thera-

peutin und eine Rezeptionistin, und so arbeiten wir hier im Dreiergespann. Zudem ist in unseren Räumlichkeiten die Osteopathin Bettina Lippmann eingemietet, die uns sehr bei der Behandlung unterstützt. Sie wendet viele craniale Techniken an und hilft uns bei der Beratung über Ernährungsmöglichkeiten. Wir arbeiten seit zwei Jahren eng zusammen und helfen uns gegenseitig, unseren Patienten Linderung zu

Das Thema Funktion des Kiefergelenks ist nicht nur ein wichtiges Behandlungsfeld für Zahnärzte und Zahntechniker, sondern auch für Sie als Physiotherapeutin. An welchem Punkt der Behandlung kommen Sie ins Spiel?

Das ist unterschiedlich, je nachdem, was der Zahnarzt gerade behandeln möchte. Wir haben viele Patienten, die unter Bruxismus leiden und stressbedingte Symptome zeigen. Hierbei handelt es sich in erster Linie gar nicht vorrangig um eine Dysfunktion.

Der Ablauf ist wie folgt: Der Patient kommt bereits mit einer Physiotherapie-Verordnung zu uns, wir fangen an, zu befunden, und dann geht es erst einmal darum, Spannung aus dem Kiefer herauszunehmen. Weiterhin haben wir auch Patienten, die Schienen bzw. eine kieferorthopädische Versorgung bekommen sollen. Hier arbeiten wir physiotherapeutisch vor, so dass der Abdruck im Anschluss mit einem besseren, präziseren Ergebnis gemacht werden kann. Es macht einen großen Unterschied, ob der Abdruck mit einem erhöhten Muskeltonus erfolgt oder der Muskelbereich vorher etwas entspannt wurde. Von dieser Vorarbeit hat der Patient nachhaltige und deutliche Vorteile. Meist benötigen Patienten bis zu

sechs Behandlungen, bevor die Schienen hergestellt werden.

Manchmal hat ein Patient auch bereits eine Schiene dabei, und trotzdem passt der Biss nicht richtig und es bestehen noch immer Beschwerden. Oftmals ist dann auch eine zweite Schiene nötig.

„Stress ist heutzutage ein enormer Faktor.“

peutin und eine Rezeptionistin, und so arbeiten wir hier im Dreiergespann. Zudem ist in unseren Räumlichkeiten die Osteopathin Bettina Lippmann eingemietet, die uns sehr bei der Behandlung unterstützt. Sie wendet viele craniale Techniken an und hilft uns bei der Beratung über Ernährungsmöglichkeiten. Wir arbeiten seit zwei Jahren eng zusammen und helfen uns gegenseitig, unseren Patienten Linderung zu





Wie erfolgt die Zusammenarbeit mit dem Zahnarzt?

Die Zahnärzte verordnen leider selten Physiotherapie, aber wir haben ein gutes, kleines, aber feines Netzwerk. Entweder rufen dann die Praxen bei uns an oder geben den Patienten die Empfehlung für eine physiotherapeutische Behandlung. Wir haben aber auch bereits vor etwa 1,5 Jahren mal eine große Kampagne gestartet, doch leider gab es kaum eine Resonanz. Der Zusammenhang von Kiefergelenk, Halswirbelsäule und Anzeichen wie Tinnitus, Kopfschmerz und Migräne ist für Zahnärzte noch immer nicht alltäglich. Es wird erst langsam ein Bewusstsein dafür entwickelt.

Neben den zahnärztlichen Patienten kommen auch viele HNO-Patienten zu uns, die wir dann jedoch wiederum häufig an einen Zahnarzt verweisen, da deren Problematik im Kiefergelenk besteht. Oftmals kommen darüber hinaus auch Tinnitus- und Migränepatienten vom Neurologen, und auch Patienten von Orthopäden natürlich. Orthopädiepatienten sind häufig die Menschen, die viel pressen und knirschen, ihre Zähne aufeinanderreiben, bei denen man den Defekt an der Zahnsubstanz stark sieht. Sie haben meist auch im oberen Halswirbelsäulenbereich ihre Probleme und bekommen dann wiederum auch Kopfschmerzen oder auch die ausstrahlenden Schmerzen in den Nackenbereich. Oder aber es ist ein Haltungsproblem, so z.B. das Aufstützen auf das Kiefergelenk am Schreibtisch. Das ist keine Haltung, die der Körper gern mag, und sie übt Druck auf das Kiefergelenk aus. Im Endeffekt ist es so: Der Kiefer ist als genauso wichtig wie eine Halswirbelsäule oder eine Lendenwirbelsäule zu sehen.

Wie sieht die CMD-Behandlung aus physiotherapeutischer Sicht aus?

Am Anfang steht die Begutachtung und Befundung. Wir schauen genau, ob im Gelenk bzw. Weichteil, oder ob auch der Stress und eine psychogene Komponente, d.h. ein psychisches Problem, kompensiert wird.

Wir behandeln sowohl außerhalb des Mundes als auch intraoral. Der Patient ist immer aktiv und bewusst dabei, die Behandlung ist kein „Hinlegen und Augen zu“.

Zusätzlich bekommt der Patient Übungen für zu Hause und wir schauen, dass wir die Person auch in Kurse integrieren können. Wir machen zum Beispiel Haltungstraining sowie Faszientraining. Uns ist ein ganzheitlicher Ansatz wichtig.

Haben Sie weitere präventive Tipps für den Alltag?

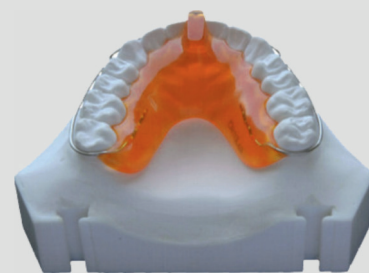
Was jeder Mensch mehrfach pro Tag vor dem Spiegel machen sollte, ist, ganz endgradig den Mund zu öffnen und die Zunge rauszustrecken, das lockert ungemein. Und sich im Alltag ein bisschen selbst beobachten – viel Körperwahrnehmung. Wir schauen den Patienten an, und wir setzen ihn auch wirklich vor den Spiegel und sagen „Schauen Sie mal“, und dann korrigieren wir die Haltung und der Patient merkt den Unterschied. Das zu verinnerlichen, muss immer wieder wiederholt werden, dadurch wird die Korrektur automatisiert.

Wie hoch ist der Anteil von Patienten mit Funktionsstörungen des Kiefergelenks heute im Vergleich zu früher? Spüren Sie einen Anstieg z.B.



CranioPlan® Harmonizer

Urlaub für
die Zähne



CranioPlan® Harmonizer

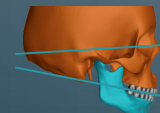
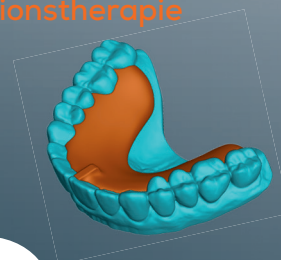
WAS IST DER HARMONIZER?

Soforthilfe zur Muskelentspannung und zur okklusalen Deprogrammierung.

Die positive Wirkung der Deprogrammer als Soforthilfe bei Kiefergelenksbeschwerden oder Funktionsstörungen ist unumstritten. Als sinnvolle Ergänzung zur Schienentherapie erfolgt innerhalb weniger Minuten eine neuromuskuläre Deprogrammierung.

Vollständiger digitaler Workflow für die Funktionstherapie

- Analyse
- Design
- Produktion
- Screening



HD

MEDICAL SOLUTIONS GMBH

+49 (0) 371 517636 • +49 (0) 162 295 9999

www.hd-medical.gmbh • info@hd-medical.gmbh

hinsichtlich stressbedingter Erkrankungen?

Patienten mit einer reinen CMD sind sehr selten. Der Anteil derer mit stressbedingten Erkrankungen ist viel größer als in meiner Anfangszeit. Als ich 1998 mit meiner Tätigkeit begonnen habe, hatten wir so gut wie keine Patienten mit Verordnungen wegen Kiefergelenkproblemen. Damals wurde nicht ausreichend darauf geachtet. Aktuell sind in der Praxis etwa



Ganzheitliche Behandlung – der Mensch als Einheit

In der ganzheitlichen Medizin wird der komplette Körper als Einheit betrachtet. Neben den einzelnen Teildisziplinen wie Zahnmedizin, Physiotherapie etc. spielt auch die Psyche eine entscheidende Rolle für das Wohlbefinden des Patienten. Das frühzeitige Erkennen von Stresssymptomen und die bewusste Bewältigung durch Entspannung und Bewegung in einem ausgeglichenen Verhältnis, können maßgeblich zu einem Behandlungserfolg beitragen.

70 Prozent der Patienten mit Funktionsproblemen. Natürlich steht dies auch in Zusammenhang mit unserer intensiven und auch sehr erfolgreichen Arbeit in diesem Bereich. Aber der Stress heutzutage ist ein enormer Faktor. Viele Menschen arbeiten am Limit oder bereits darüber hinaus.

Es kommen auch sehr viele junge Leute, wie Studenten, in unsere Praxis, die noch nicht einmal mit ihrem Arbeitsleben begonnen haben. Sie sitzen täglich unter Anspannung vor ihren Büchern oder dem Laptop, sie pressen und kompensieren ihren Alltag. Wir können in der Physiotherapie auch Entspannungstechniken zeigen, u. a. Atemtechniken. Sie sind eine einfache Maßnahme, um das permanente Pressen des Patienten zu reduzieren und ihm Ruhe zu geben. Diese Übungen sollte der Patient dann auch zu Hause praktizieren. Darüber hinaus fragen wir auch nach der Stresstoleranz, und lassen das aktuelle Stresslevel vom Patienten selbst einschätzen. In den wenigsten Fällen antworten die Patienten „Ich hab keinen Stress, mir gehts super“. Hier sollte klar kommuniziert werden. Jedoch können auch wir natürlich nicht an jeder Stelle helfen. Wir behandeln zwar in der Praxis, doch wenn ein Patient nach Hause geht und nicht weiß, wie er seinen Alltagsstress

bewältigen soll, können wir lediglich die Empfehlung geben, an anderer Stelle weiterzuarbeiten, z. B. mit Yoga, progressiver Muskelentspannung oder auch mit einem Experten in Sachen Stressbewältigung und Selbstmanagement oder einem Psychologen. Diese Themen sind sehr sensibel und erfordern einen behutsamen Umgang. Wir verfügen mittlerweile jedoch über viel Erfahrung im Umgang damit und pflegen ein gutes Netzwerk mit anderen Experten.

Wie schon angesprochen, sind aber auch Haltungsprobleme sehr häufig – die Haltung am Schreibtisch, z. B. der Vorschub des Kopfes während der PC-Arbeit, bei der der Kopf einen ganz anderen muskulären Stress hat als bei einem Menschen, der den ganzen Tag gerade sitzt oder sich jeden Tag bewegt oder täglich Sport macht. Auch ein großer Mensch, der sich vielleicht permanent duckt, hat eine andere Statik der Halswirbelsäule, oder auch eine Radiologieassistentin, die schwere Schürzen trägt. Die Belastungen sind sehr unterschiedlich, und auf diese veränderten Muskelbalancen schauen wir sehr genau, was leider nicht immer beachtet wird. Hierbei wird natürlich ein gutes funktionelles Verständnis des Körpers benötigt, was wir uns z. B. in speziellen Kursen im Bereich CMD angeeignet haben.

Zum Abschluss: Stellen Sie sich vor, es würden ideale Behandlungsbedingungen herrschen, wie sähe die Zusammenarbeit aus?

Wir würden uns wünschen, dass wir als Physiotherapeuten zusammen mit dem Zahntechniker in der Zahnarztpraxis am Patienten arbeiten könnten. Wir könnten den Patienten direkt vor Ort behandeln, sodass im Anschluss der Abdruck genommen werden kann. Das wäre wirklich Luxus und aktuell leider noch nicht möglich, aber wir bleiben an dem Thema auf jeden Fall dran.

Frau Vogel, vielen Dank für das interessante Gespräch.

INFORMATION

Anja Vogel Physiotherapie Physiotherapie – Training – Entspannung

Käthe-Kollwitz-Straße 71

04109 Leipzig

Tel.: 0341 97568050

kontakt@anjavogel-leipzig.de

www.anjavogel-leipzig.de

DIGITALE DENTALE TECHNOLOGIEN

14. und 15. Februar 2020

Dentales Fortbildungszentrum Hagen

ONLINE-ANMELDUNG/
KONGRESSPROGRAMM



www.ddt-info.de



Veranstalter:

OEMUS MEDIA AG
Holbeinstraße 29 | 04229 Leipzig
Tel.: +49 341 48474-308
Fax: +49 341 48474-290
event@oemus-media.de | www.oemus.com

Wissenschaftliche Leitung:

Dentales Fortbildungszentrum Hagen GmbH
Handwerkerstraße 11 | 58135 Hagen
Tel.: +49 2331 6246812
Fax: +49 2331 6246866
www.d-f-h.com



Wissenschaftlicher Leiter:

ZTM Jürgen Sieger

Faxantwort an **+49 341 48474-290**

☐ Bitte senden Sie mir das Programm zu den DIGITALEN DENTALEN TECHNOLOGIEN 2020 zu.

Titel, Name, Vorname

E-Mail-Adresse (Für die digitale Zusendung des Programms.)

Stempel

ZWL 6/19