

## **Integratives orthodontales Therapiekonzept bei CMD**

*RÜCKENSCHMERZEN? ZÄHNEKNIRSCHEN? ZAHNFEHLSTELLUNGEN?  
ZAHNSCHMERZEN? MIGRÄNE? PROBLEME MIT IMPLANTATEN?*

### **Was bedeutet CMD?**

Die **Craniomandibuläre Dysfunktion (CMD)** ist eine Erkrankung mit vielseitigem Erscheinungsbild und stellt unseren zentralen Behandlungsschwerpunkt dar. Kiefer-, Nacken-, Schulter und Rückenschmerzen zählen hier zu den häufigsten Symptomen. Auch Migräne und verschiedene Wahrnehmungsstörungen können die Folge eines Fehlbisses sein und dem CMD-Krankheitsbild entsprechen.

Nicht immer sind Zahn- und Kieferfunktionsstörungen die alleinigen Auslöser einer Craniomandibulären Dysfunktion (CMD).

CMD umfasst die fehlerhafte Steuerung verschiedener physischer wie auch psychischer Körperprozesse, welche die optimale Zusammenarbeit von Muskulatur- und Gelenkfunktionalität beeinträchtigen kann. Infolge dieser Fehlregulationen können Schmerzen im Kopf- und Bewegungsapparat ausgelöst werden. Des Weiteren können Schwindelgefühle, Ohrgeräusche (Tinnitus), Kieferknacken, Lichtempfindlichkeit sowie Panikattacken (Herzrasen, Stressgefühl) entstehen. CMD ist vielschichtig und nur geschulte Mediziner(innen) mit einem breiten interdisziplinären Wissen können die Anzeichen deuten. Nur bei einem geringen Anteil der Patienten wird die CMD als Ursache diagnostiziert. Chronische Beschwerden ohne Aussicht auf Linderung sind oft keine Seltenheit.

Unser Kauorgan (Kauapparat) besteht aus den Ober- und Unterkieferknochen und ihrem gemeinsamen Gelenk, dem Kiefergelenk. In den Kiefern sitzen die Zähne des Menschen. Extrem starke Muskeln verbinden den Unterkiefer mit dem übrigen Kopf. Sie erlauben die Erzeugung enormer Drücke (beim Zubeißen und Kauen) oder winzigster Bewegungen (bei der Einstellung der richtigen Stellung von Ober- und Unterkiefer zueinander). Nerven reichen bis zum letzten Zahn und Muskel, erfühlen kleinste Höhenunterschiede im Gebiss oder die Spannung der Kaumuskeln und führen übers Rückenmark - und auch direkt - bis ins Gehirn. Wie überlebenswichtig die miteinander verknüpften Aktivitäten Kauen, Speichelbildung, Schlucken sowie die Haltung und Bewegung des Kopfes sind, zeigt sich auch daran, dass 4 unserer 12 Hirnnerven direkt mit dem Kauorgan verbunden sind (Hirnnerven steuern unter anderem alle zentralen Lebensfunktionen, selbst wenn das Rückenmark zerstört ist). Und weiter: Die moderne Wissenschaft zeigt, dass das Kauorgan eines der kompliziertesten Organsysteme des Menschen überhaupt ist. Seine Funktionen sind aufs engste mit Kopf, Hals, Wirbelsäule, Gehirn, Bewegungsapparat und weiteren Organen verknüpft. Bekannt ist z. B. der Zusammenhang von Kauorgan und Psyche:

Zahlreiche Menschen reagieren auf ein Übermaß an seelischer Belastung mit Zähneknirschen (Bruxismus), um sich so des Stresses zu entledigen.

Auch der Volksmund zeigt solche Zusammenhänge, z. B.: "Zähne zusammenbeißen", "jemandem die Zähne zeigen" oder "sich an etwas die Zähne ausbeißen", "zerknirscht sein" oder aber "es pressiert".

Um eine effiziente und nachhaltige Therapie zu gewährleisten, ist die interdisziplinäre Zusammenarbeit von Spezialisten aus den Fachgebieten der Zahnmedizin, Orthopädie, HNO-Heilkunde, Neurologie, sowie eine speziell auf Zahn und Kiefer abgestimmte sanfte manuelle Therapie, aktive Übungen und eine energetische Balancierung unabdingbar.

### **CMD-Screening und CMD-Therapie**

Die Behandlung einer CMD verteilt sich in der Regel auf mindestens 2 Spezialisten. Entsprechend ausgebildete Zahnärzte und ein ärztlicher Spezialist für Microkinesitherapie arbeiten eng zusammen, hierzu muss jede Therapie individuell auf den Patienten abgestimmt werden. Dieses setzt eine eingehende Funktionsdiagnostik voraus, die mittels manueller Strukturanalyse, dreidimensionaler Darstellung des Kiefergelenks, der Körperstatik und Dynamik sowie ggf. einer computergestützten Kiefergelenkvermessung durchgeführt wird. Die hieraus indizierte zahnärztliche Schienentherapie sowie das begleitende ganzkörperliche integrative orthodontale Therapiekonzept führen nachhaltig zu mehr Lebensqualität.

### **Die Microkinesitherapie: der Dreh- und Angelpunkt des integrativen orthodontalen Therapiekonzepts**

Die **Microkinesitherapie** ist eine noch neue, sanfte manuelle Therapie, welche aus Frankreich stammt. Verwandt ist sie mit der Osteopathie und der Craniosacraltherapie. (Anm.: trotz der Namensähnlichkeit besteht keine Verwandtschaft zur *Kinesiologie*.)

Ihr Ziel ist ein gesunder Gewebsrhythmus im ganzen Körper durch Wiederherstellung der intakten Microbewegung aller Körpergewebe. Ein wichtiger Ansatzpunkt ist dabei das Muskelsystem einschliesslich der muskulären Anteile der inneren Organe, wovon ausgehend der gesamte Körper mit seiner embryologischen Entstehung und den daraus resultierenden verwandtschaftlichen Prägungen aller Gewebe betrachtet, untersucht und therapiert wird.

Besonderes Augenmerk gilt dabei der Tatsache, dass embryologisch entstandene Gewebe- und Organverwandtschaften einen lebenslangen funktionellen Zusammenhang begründen.

Ein weiteres wichtiges Prinzip der Microkinesitherapie ist *das Primat der Muskeln über die Gelenke*. Sind Muskeln im Körper blockiert, so wirkt sich das auf die zugehörigen Gelenke und/oder Wirbelsäulenabschnitte aus. Dies gilt auch für das Kiefergelenk und seine Beziehung zu allen anderen Gelenken und der

Wirbelsäule, da zwischen ihnen allen mannigfache muskuläre Verbindungen und Funktionsketten bestehen. Eine gestörte Gelenkfunktion ist in vielen Fällen eigentlich eine gestörte Funktion jener Muskeln, die das betreffende Gelenk bewegen.

Im Rahmen des **Orthodontalen integrativen Therapiekonzepts** werden die Behandlungsprinzipien der Microkinesitherapie auf den Bereich der Zähne und des Zahnhalteapparates (Desmodont) ausgedehnt. Denn wie alle anderen Körpergewebe haben auch Zähne und Desmodont eine Microbewegung, welche im Falle einer Dysfunktion gestört ist und durch Wiederherstellung des Gewebsrhythmus behandelt werden kann. Von Zähnen und Desmodont bestehen ausserdem Verbindungen zum Kiefer und zu allen Geweben und Organen, mit denen sie embryologisch verwandt sind, was therapeutisch von grosser Bedeutung ist.

Wurden bisher Zähne und Zahnhalteapparat bei vielen Therapien nicht oder nicht umfassend berücksichtigt, so eröffnet der Einbezug beider in einen auf den Gewebsrhythmus ausgerichteten Therapieansatz ganz neue Möglichkeiten der Behandlung.

Wie sich herausgestellt hat, können durch diesen Ansatz viele Beschwerden an Zähnen, Mund und Kiefer auf neue Weise ganzheitlich und umfassend behandelt werden – auch solche Beschwerden, welche bisher therapeutischen Bemühungen nur indirekt oder oft auch gar nicht zugänglich waren.

Wie wir immer wieder feststellen, betrifft dies auch in besonderem Masse Beschwerden rund um das Bild der CMD.

### **Jin Shin Jyutsu® zur Wiederherstellung des energetischen Gleichgewichtes**

Ausserdem setzen wir bei unseren Patienten regelmässig die **Jin Shin Jyutsu®-Selbsthilfe** ein. Beim Jin Shin Jyutsu® handelt es sich um eine sehr alte, aus Japan stammende Lebenskunst, welche oft auch als eine Art „Japanisches Heilströmen“ bezeichnet wird. Bei der Jin Shin Jyutsu®-Selbsthilfe lernt der Patient, seine Hände ganz sanft in bestimmten Positionen am Körper aufzulegen und dadurch seine Körperenergie durch eigenes Üben ins Gleichgewicht zu bringen.

Sehr oft stellen wir nämlich bei unseren Patienten – auch bei solchen, bei welchen schon längere Zeit andere Therapien durchgeführt wurden – erhebliche energetische Dysbalancen fest. Diese Dysbalancen lassen sich meistens relativ gut den in unserer Diagnostik gefundenen Blockaden und Dysfunktionen zuordnen.

### **Therapeutisches Procedere**

Das therapeutische Procedere beginnt mit der Erstkonsultation beim Zahnarzt und nachfolgend der Erstkonsultation bei einem Arzt, welcher auf unser

integratives orthodontales Therapiekonzept mit Microkinesitherapie und Jin Shin Jyutsu® spezialisiert ist.

Wichtigster Ausgangspunkt bei der zahnärztlichen Erstkonsultation ist das ganzkörperliche Anamnesegespräch mit dem Patienten. Am Anfang jeder CMD-Behandlung steht die eindeutige Diagnose. Diese wird grundsätzlich vom zahnärztlichen Spezialisten gestellt, der nach der Anamnese eine gründliche manuelle Strukturanalyse durchführt.

Im Rahmen der sich daran anschliessenden ärztlichen Erstkonsultation findet eine spezielle Anamnese statt; darauf aufbauend wird der Patient individuell angeleitet für regelmässiges Üben der Jin Shin Jyutsu®-Selbsthilfe. Die Übungen werden ausführlich gezeigt und erklärt, sind leicht umzusetzen und beanspruchen ca. 15-20 min täglich an Zeit.

Durch sie wird die Grundlage geschaffen für ein ausgeglichenes, regulationsfähiges Körpersystem, welches sich aufnahmefähig zeigt für alle weiteren therapeutischen Impulse.

Die erste Behandlung mit Microkinesitherapie gemäss unserem orthodontalen integrativen Therapiekonzept findet statt, nachdem der Patient ca. 1-3 Wochen regelmässig die Jin Shin Jyutsu®-Selbsthilfe geübt hat. Sie trifft dann auf ein energetisch gut vorbereitetes Terrain.

### **Anzahl der Behandlungen mit Microkinesitherapie gemäss unserem integrativen orthodontalen Therapiekonzept**

Bei unserem Therapiekonzept ist *die Bereitschaft des Patienten zur Mitwirkung in Form der regelmässigen Anwendung der Jin Shin Jyutsu®-Selbsthilfe und anderer verordneter Übungen* von grosser Bedeutung. Der Patient übernimmt dadurch einen nicht unwesentlichen Anteil der Behandlung selbst.

Dies vorausgesetzt, muss in den meisten Fällen nur etwa 3 - 5 mal im Abstand von jeweils ca. 2 - 4 Wochen mit Microkinesitherapie gemäss unserem orthodontalen integrativen Therapiekonzept behandelt werden. Nach jeder Behandlung findet eine zahnärztliche Kontrolle mit Anpassung der Bruxismus-Schiene statt, wodurch sich die Stellung und Funktion von Kiefergelenk, Zähnen und Achsenskelett im neugewonnenen, „korrigierten“ Zustand stabilisieren kann.

### **Wie kam es zu diesem vollkommen neuartigen Therapiekonzept?**

Als Zahnarzt kann ich mittlerweile auf eine fast zwanzigjährige Erfahrung mit CMD-Patienten zurückgreifen.

Hierbei habe ich bei schwierigen Fällen auch mit mehreren Vermessungssystemen wie IPR, Dir etc. gearbeitet. Diese Systeme erlaubten jedoch lediglich eine zweidimensionale Vermessung, so dass durch das Fehlen der dritten Dimension - der Gleitbewegung der Kiefergelenke - hier nur die Rotationsbewegungen erfasst und therapiert werden konnten. Auch wenn dies

den Patienten schon wesentlich Besserung bringen konnte, war dies m.E. nach einer unvollständigen Geschichte. Dies änderte sich 2008 mit einem neuen System, dem Freecorder Bluefox. Hier war erstmalig eine dreidimensionale Vermessung in Echtzeit möglich, welche alle Variationen beider Kiefergelenke gleichzeitig darstellen konnte. Dadurch war erstmalig nach Auswertung aller Daten eine Therapie über eine Schiene möglich, die den Patienten in seine ursprüngliche beschwerdefreie Zone zurückführen – oder aber ihm eine neue ebensolche ermöglichen sollte.

*Waren jetzt hierdurch alle Probleme gelöst? -- **Weit gefehlt!***

Durch die teilweise über Jahre hinweg bestehenden Fehlhaltungen waren Gelenke, Muskeln, Sehnen und Bänder dermassen blockiert und verspannt, dass über die Schiene alleine zwar das Ziel vorgegeben, aber der Weg dorthin blockiert war.

So entstand seinerzeit die Idee, mittels Physio- / Cranio- oder Osteopathischer Therapie in Kombination mit einer Schienentherapie diese Blockaden zu lösen und langsam den Weg in die gewünschte beschwerdefreie Position zu finden. Tatsächlich wurde es hiermit möglich, den Weg im skelettalen System weitgehend zu ebnen.

Was aber war mit den Begleiterscheinungen wie Magen-/ Darmbeschwerden, Herz-rhythmusstörungen, unklaren Gesichtsschmerzen und anderen Schmerzzuständen, bei welchen funktionsgestörte, verhärtete Muskeln auf Nerven drücken und/oder die Beweglichkeit von Wirbelsäule und Gelenken hemmen?

***Alles nur Psyche?- Nein, ganz und gar nicht!***

2017 führte mich dann meine Karriere in die Paramed in Baar. Hier lernte ich den Arzt Dr. Bernhard Dengler kennen. Sein Behandlungsschwerpunkt ist die Microkinesitherapie und die daraus abgeleitete Behandlung von Zähnen, Desmodont und Kiefergelenk.

**Dr. med. Bernhard Dengler** war davor seit 1995 in Freiburg i. Br. in eigener allgemeinmedizinisch-naturheilkundlicher Praxis mit Schwerpunkt Microkinesitherapie tätig. Nach weiteren Stationen in der Ostschweiz und in Bregenz/Österreich arbeitet er seit 2017 in der Paramed. Er verfügt über mehr als 25 Jahre praktische Erfahrung mit der Microkinesitherapie und hat seit 2005 die Behandlung der Zähne nach den Prinzipien der Microkinesitherapie zusammen mit Zahnärzten entwickelt und mit Erfolg angewendet. Er ist ausgebildeter Jin Shin Jyutsu®-Selbsthilfelehrer.

So war es nur die logische Konsequenz, unsere gesammelten Erfahrungen zu einem vollkommen neuen Behandlungsansatz zusammenzuführen, welchen wir **Integrative orthodontale Therapie** genannt haben.

Durch dieses vor 3 Jahren eingeführte und mittlerweile erfolgserprobte Konzept ist es bei guter Mitarbeit durch den Patienten möglich, die verschiedenen Beschwerdesymptomatiken der CMD nachhaltig zu verbessern bzw. sogar vollständig zu beheben.

Ihnen, sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient wünschen wir schon jetzt alles Gute und den allerbesten Erfolg!

Freundlich grüssen Sie

med. dent. Marcus Schupmann und Dr. med. Bernhard Dengler

### **Anmeldung und weitere Informationen:**

#### **Zahnmedizinische Praxis in der Paramed**

Telefon: +41 41 768 24 66

E-Mail: [zahnarzt@paramed.ch](mailto:zahnarzt@paramed.ch)

Häufig gestellte Fragen (FAQs):

### **1. Bei welchen Befunden und/oder Symptomen besteht der Verdacht auf eine Beteiligung von Zahn und/oder Kiefergelenk?**

Nicht immer sind Zahn- und Kieferfunktionsstörungen die alleinigen Auslöser einer Craniomandibulären Dysfunktion (CMD).

CMD umfasst die fehlerhafte Steuerung verschiedener physischer wie auch psychischer Körperprozesse, welche die optimale Zusammenarbeit von Muskulatur- und Gelenkfunktionalität beeinträchtigen kann. Infolge dieser Fehlregulationen können Schmerzen im Kopf- und Bewegungsapparat ausgelöst werden. Desweiteren können Schwindelgefühle, Ohrgeräusche (Tinnitus), Kieferknacken, Lichtempfindlichkeit sowie Panikattacken (Herzrasen, Stressgefühl) entstehen. CMD ist vielschichtig, und nur geschulte Mediziner(innen) mit einem breiten interdisziplinären Wissen können die Anzeichen deuten. Nur bei einem geringen Anteil der Patienten wird die CMD als Ursache diagnostiziert. Chronische Beschwerden ohne Aussicht auf Linderung sind dann keine Seltenheit.

### **2. Was ist die Funktionsanalyse bei CMD?**

Die Funktionsanalyse ist Teil der CMD-Diagnostik. Dabei werden verschiedene Fehlstellungen, die Kaumuskulatur, die Bisslage und die Kiefergelenke vom Zahnarzt analysiert und untersucht **um kleinste Veränderungen und Dysfunktionen aufzudecken**. Auf Basis der Funktionsanalyse erfolgt die anschließende CMD-Therapie.

### **3. CMD und Kopfschmerzen, wie hängt das zusammen?**

Kopfschmerzen sind bei CMD-Betroffenen häufig das **Hauptsymptom**. Es handelt sich dabei um den sogenannten **Spannungskopfschmerz**, der vom Hinterkopf ausgeht und bis in den Schulter- und Nacken-Bereich ausstrahlt. Patienten nehmen die Schmerzen häufig auch als Gesichtsschmerzen wahr. Durch die fehlerhafte Belastung der Kiefergelenke, wird auch die **angrenzende Muskulatur und das umliegende Gewebe stärker belastet**, was zu Spannungen und letztlich zu Spannungskopfschmerz führt.

### **4. Wie verbreitet ist die Craniomandibulären Dysfunktion?**

CMD ist keine seltene Krankheit. Laut der [Gesellschaft für Zahngesundheit, Funktion und Ästhetik \(GZFA\)](#) sind **bereits 20% der Bevölkerung von behandlungsbedürftigen CMD-Symptomen betroffen**. Die Craniomandibulären Dysfunktion wird daher in der Fachpresse bereits als **neue Volkskrankheit** bezeichnet. Die Altersgruppe 18-45 ist besonders häufig von CMD betroffen, Frauen dabei doppelt so häufig wie Männer. Auch Kinder und Jugendliche zeigen zunehmend CMD-Symptome.

### **5. Wenn ich an mir selber entsprechende Symptome feststelle: kann ich mich selbst bei Ihnen zuweisen und an wen wende ich mich?**

Ja. Bitte wenden Sie sich direkt an unsere Zahnärztliche Praxis als ersten Ansprechpartner zwecks „Erstkonsultation bei Verdacht auf CMD“.

### **6. Wenn ich als Arzt/Therapeut bei einem meiner Patienten Symptome feststelle: an wen wende ich mich, um den Patienten zu Ihnen zu schicken?**

Bitte wenden Sie sich direkt an unsere Zahnärztliche Praxis unter Angabe Ihrer Verdachtsdiagnose und mit Anforderung „Erstkonsultation CMD“.

### **7. Ist eine Überweisung erforderlich?**

Nein.

### **8. Welche Kosten entstehen für Untersuchung und Therapie?**

Für die Erstkonsultation beim Zahnarzt berechnen wir CHF 330,-. Darin enthalten sind das ganzkörperliche Anamnesegespräch mit dem Patienten, ein Orthopantomogramm (Panorama-Aufnahme der Zähne und des Kiefers) und eine erste Aufklärung nach eindeutiger Diagnose.

Die sich hieran evtl. anschliessende CMD-Diagnostik erfolgt in einem Folgetermin und läuft in mehreren Schritten einer gründlichen manuellen Strukturanalyse ab.

Desweiteren wird festgestellt, ob in Ihrem Falle die ärztliche Mitbehandlung mit Microkinesitherapie und Anleitung und Durchführung der Jin Shin Jyutsu®-Selbsthilfe erforderlich ist.

Über alle Kosten, welche sich durch die in Ihrem individuellen Falle erforderlichen Therapiemassnahmen voraussichtlich ergeben, werden Sie beim Ersttermin aufgrund der dabei erhobenen Befunde umfassend informiert.

## **9. Wie lange dauert die Behandlung?**

Dies ist individuell recht unterschiedlich und hängt entscheidend von der Schwere und Dauer der Beschwerdesymptomatik ab. Auch ist die Bereitschaft zur Mitarbeit und die Ausdauer bei den einzelnen Übungen von grosser Bedeutung. In der Regel ist im Anschluss an die zahnärztlichen Ersttermine und den Ersttermin beim Arzt für Jin Shin Jyutsu® und Microkinesitherapie mit 3-5 Kombiterminen (Arzttermin Microkinesitherapie und nachfolgende zahnärztliche Kontrolle) innerhalb von ca. 3-4 Monaten zu rechnen. In dieser Zeit zeigt sich meist schon eine deutliche Verbesserung des Wohlbefindens.

## **10. Wie sind die Erfolgsaussichten?**

Bei der ganz überwiegenden Zahl der Patienten erzielen wir gute bis sehr gute Therapieerfolge. Aber jeder Patient ist anders. Die Therapieaussichten im Einzelfall werden mit Ihnen bei den Erstgesprächen mit Zahnarzt und Arzt ausführlich besprochen. Ausschlaggebend ist aber nicht zuletzt auch Ihre Bereitschaft zu eigener Mitarbeit bei den Übungen aus der Jin Shin Jyutsu®-Selbsthilfe.

## **11. Ich bin bereits bei einem anderen Zahnarzt erfolglos wegen CMD behandelt worden. Ist es dann trotzdem sinnvoll, mich bei Ihnen vorzustellen?**

Ja. Wir sehen sogar recht oft Patienten, welche zuvor schon andernorts erfolglos behandelt wurden, dann aber auf unser Therapiekonzept ansprechen. Wie die Aussichten in Ihrem Falle sind, klären wir beim Erstgespräch.

## **12. Ich wurde bereits mit anderen Therapien wie z.B. Physiotherapie, Massagen, Osteopathie, Cranoisacraltherapie, Akupunktur u.a.m. behandelt, jedoch ohne bleibenden Erfolg. Lohnt es sich dann bei mir überhaupt, Ihr Therapiekonzept anzuwenden?**

Viele Patienten, welche zu uns kommen, haben schon ein Reihe anderer Therapien mehr oder minder erfolglos durchlaufen. Unsere Stärke liegt in dem von uns neu entwickelten und mittlerweile auch langzeiterprobten Therapiekonzept. Dieses beinhaltet das Zusammenspiel von gut aufeinander abgestimmten „Bausteinen“ einschliesslich der Mitwirkung des Patienten in Form



der Jin Shin Jyutsu®-Selbsthilfe. Damit können wir auch und gerade dort Erfolge erzielen, wo dies bisher nicht möglich war.