

## **Informationen für unsere Patienten zur Schienentherapie**

Kiefergelenkserkrankungen sind eine typische Zivilisationskrankheit. Die vielen Stresssituationen und Belastungen im Alltag führen häufig zu Verspannungen, die wir durch unbewusstes Zähnepressen oder -knirschen im Schlaf abzubauen versuchen.

Funktionelle Störungen sollten frühestmöglich behandelt werden. Nur so können dauerhafte Schäden an den knöchernen Strukturen, dem Gelenkknorpel, den betroffenen Kaumuskeln und den Zähnen verhindert werden.

In vielen Fällen verwenden wir zur Behandlung einer funktionellen Störung eine sogenannte Aufbißschiene. Diese dient als Schutz der Zähne vor weiterem Abrieb, sie ermöglicht eine gleichmäßige Abstützung der Kieferposition und mindert den Tonus der Muskulatur, indem sie Reflexe unterbricht. Der Erfolg der Schienentherapie kann durch andere tonusmindernde Maßnahmen wie *Biofeedback*, *Autogenes Training* oder *Progressive Muskelrelaxation* noch gesteigert werden. Auch die Mitbehandlung durch spezialisierte Orthopäden und Physiotherapeuten kann sehr hilfreich sein.

Die Behandlung mit der Schiene erfordert Geduld und Konsequenz, die Schiene sollte regelmäßig nachts getragen werden. Patienten empfinden dies oft anfänglich als sehr störend, gewöhnen sich aber meist rasch an die neue Situation.

Sollten Sie nach dem Einsetzen der Schiene allerdings Beschwerden haben, so informieren Sie uns bitte umgehend.

Eine besondere Pflege der Schiene ist nicht nötig. Sie wird morgens nach dem Herausnehmen gründlich unter warmem Wasser mit ein wenig Zahnpasta und einer Zahnbürste gereinigt. Sollte die Schiene irgendwann Abnutzungserscheinungen zeigen, so muss sie gegebenenfalls neu aufgebaut oder sogar komplett erneuert werden. Damit dies rechtzeitig erkannt wird, sollten Sie Ihre Schiene zu jeder Untersuchung mitbringen.

Wir wünschen Ihnen viel Erfolg mit dieser Therapie.

Ihr Praxisteam Dr. Stefan Schnitzer