

BRUXISMUS

Knirschen und/oder Pressen mit den Zähnen

Erklärung des Begriff Bruxismus

Bruxismus ist eine sich wiederholende Kaumuskelaktivität, die durch Knirschen oder Pressen mit den Zähnen und/oder durch Verspannen der Kiefer aufeinander gekennzeichnet ist.

Bruxismus hat zwei verschiedene zeitliche Erscheinungsformen:

Die eine während des Schlafes, man spricht von Schlafbruxismus.

Die andere im Wachzustand, hier spricht man von Wachbruxismus.

Diagnostische Maßnahmen versetzen uns in die Lage beide Formen voneinander zu unterscheiden.

Schauen Sie sich gerne den Bogen Bruxismus Screening der DGFDT an.

DGFDT= Deutsche Gesellschaft für Funktionsdiagnostik und Therapie.

Gefahren und Ursachen des Bruxismus

Vor allem die lokalen Auswirkungen, wie Schäden an den Zähnen, am Zahnersatz, am Zahnhalteapparat sowie Kopfschmerzen oder Kiefergelenksprobleme sind in unserem zahnärztlichen Alltag gegenwärtig.

Abnutzungserscheinungen an den Zähnen geben erste Hinweise auf das Auftreten von Knirschen und/oder Pressen mit den Zähnen. Dieses ist vielen Patienten gar nicht bewusst.

Zahnfehlstellungen, Schlafstörungen, genetische Faktoren, Medikamente, Alkohol-Drogenkonsum, Allergien, Atemstörungen sowie emotionaler Stress, Angst, Depression und psychische Störungen werden als mögliche Ursachen für Bruxismus gesehen.

Mehr Information unter www.dgzmk.de

Therapie des Bruxismus

Die Therapie des Bruxismus zielt entweder auf die **Vorbeugung** von Schäden an den Zähnen, der Muskulatur und Bänder sowie der Kiefergelenke oder deren **Therapie**.

Die Aufklärung und die Anleitung zur Selbstbeobachtung, zur Änderung von Lebensgewohnheiten und zur Minderung der Kaumuskelaktivität stehen im Vordergrund der Behandlung von Bruxismus.

Schienen dienen zum Schutz der Zähne und können zur Minderung der Bruxismusaktivität beitragen indem sie ungestörte Funktionsabläufe wiederherstellen.

Im Vorfeld einer Bruxismus Schienen Therapie muss eine **schlafbezogene Atmungsstörung (SBAS)**, oder ein **obstruktives Schlafapnoesyndrom (OSAS)**, diagnostisch gesichert ausgeschlossen sein.

Hier würde nämlich die alleinige Bruxismus Schiene das OSAS in sein Ausmaß verstärken.

Bei gesichertem OSAS ist dann neben der bekannten CPAP Therapie, auch eine auf beide Kiefer gestützte Unterkieferprotrusionsschienen Therapie (UPS), möglich.

Mehr Informationen dazu finden Sie auf unserer Homepage unter dem Reiter **Schlafmedizin**.