



ZENTRUM FÜR ZAHNHEILKUNDE  
WESTHOLSTEIN

4 GUTE GRÜNDE  
für eine Funktions-  
therapie

# Craniomandibuläre- Dysfunktion („CMD“)

Ein Behandlungsansatz zur Heilung  
einer Funktionsstörung



Wir wollen  
Ihnen helfen,  
Ihre Kopf- und  
Nackenschmerzen  
zu beseitigen



Dr. Jan Tühscher, M. Sc.



ZA Steffen Schmidt

Liebe Patientin, lieber Patient,

Es ist mittlerweile bekannt, dass unsere Zähne einen großen Einfluss auf unsere Gesundheit haben. Das Zähne auch einen Einfluss auf Ihre Körperstatik haben kann, wissen bisher nur wenige.

Viele Patienten\*innen haben einen langen Leidensweg hinter sich. Viele Arztbesuche bei unterschiedlichen **Fachrichtungen, jahrelange unerklärliche Kopf - und Nackenschmerzen sind ein häufiges Symptom** einer „Craniomandibulären-Dysfunktion“, kurz CMD. Diese Funktionsstörung kann im fortgeschrittenen Stadium die Lebensqualität stark einschränken.

Es ist uns wichtig Ihnen einen Überblick über dieses wichtige, oft unbekanntes Themengebiet der Zahnmedizin zu geben.

Diese Infobroschüre wurde entwickelt, um Ihnen die Hintergründe der CMD verständlich zu erklären, Abläufe bei der Therapie zu erläutern und Ihnen einen Kostenrahmen zu geben.

Wir wollen und wir können Ihnen helfen.

Ihr ZfZW-Team wünscht Ihnen auf den folgenden Seiten viel Spaß beim Lesen.

Bis bald und herzliche Grüße!

Ihre

**Dr. Jan Tühscher & Steffen Schmidt**

und das Team des Zentrums für Zahnheilkunde Westholstein (ZfZW)

# Die Craniomandibuläre Dysfunktion

Ein jahrelanger falscher Biss kann zu dauerhaften und kontinuierlichen Einschränkungen im Alltag führen

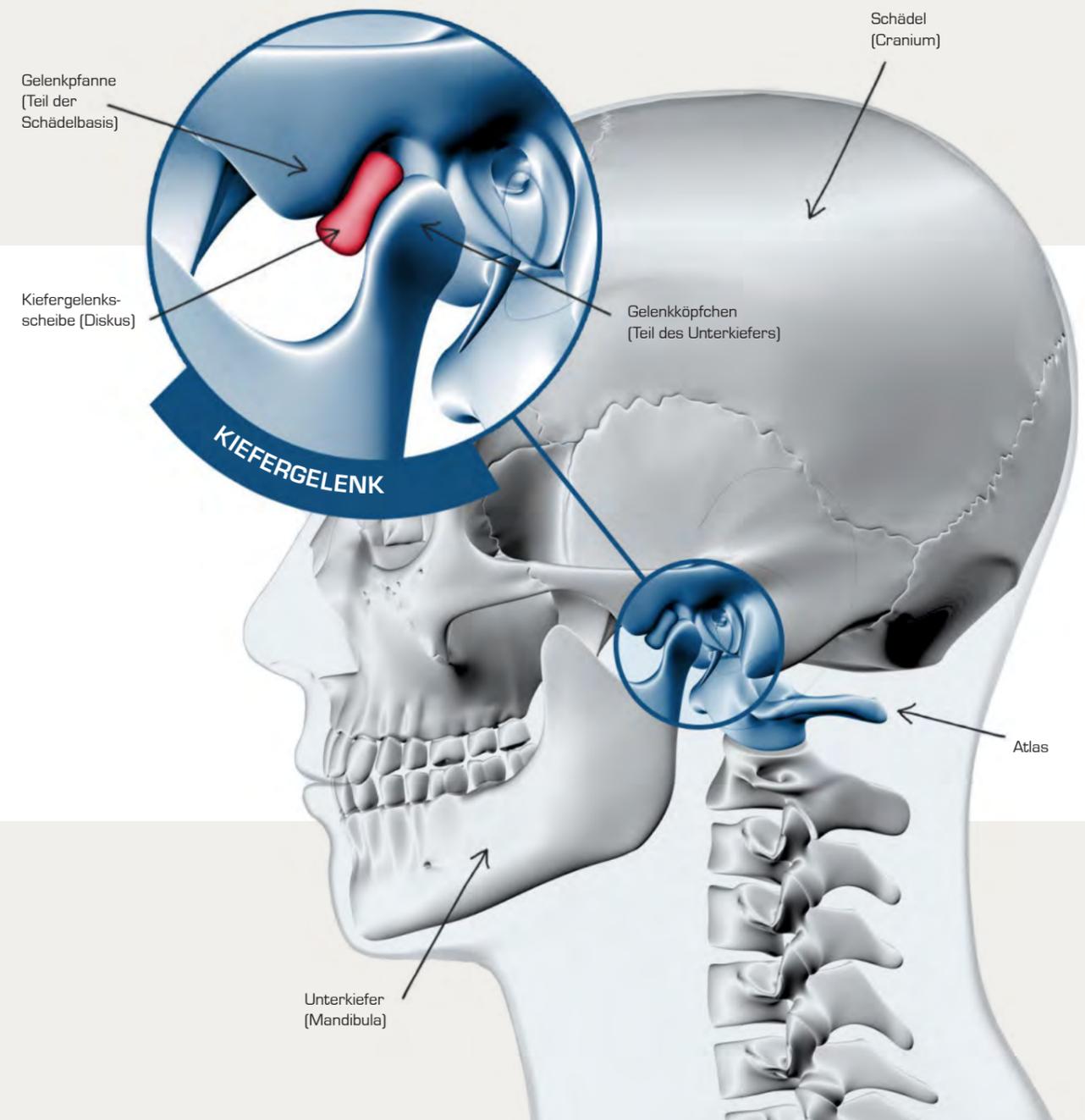
## CMD – Was passiert eigentlich im Kiefergelenk?

Bei einer „Craniomandibulären Dysfunktion“, kurz **CMD**, handelt es sich um eine fehlerhafte Position des Unterkiefers in Bezug zum Oberkiefer. Durch diese unphysiologische Lage entstehen im Anfangsstadium zunächst muskuläre Beschwerden im Nacken- und Kopfbereich. Im weiteren Verlauf der Erkrankung kommt es häufig zu strukturellen Veränderungen im Kiefergelenk (z.B. Abrieb des Gelenkknorpels oder Abrieb der Knochen).

In diesem Zusammenhang ist es wissenswert, dass der Unterkiefer nicht knöchern mit anderen Knochen im Gesichtsschädel verbunden ist, sondern lediglich über Bänder, Sehnen und speziell mit Muskeln am restlichen Schädel hält.

Aufgrund der häufig fehlerhaften Bissituation ist es für die Muskeln aber unmöglich diesen Zustand zu ändern. Dennoch registriert unser Gehirn diese Fehlstellung und gibt den Muskeln den Befehl etwas zu tun. Die Folge ist eine dauerhafte Anspannung der Muskulatur, wodurch eine lokale Entzündung und ein Schmerz entsteht.

Durch eine falsche Zahnkontakt-Beziehung zwischen Ober- und Unterkiefer wird der Unterkiefer in allen drei Raumrichtungen verschoben. Dies führt im Kiefergelenk häufig dazu, dass der Unterkiefer zu stark nach hinten-oben gedrückt wird („Kompression im Gelenk“). In der Folge kommt es zur Stauchung des Diskus, der durch die kontinuierlichen Fehlbelastungen über die Jahre abnutzt. Es entsteht das typische Kiefergelenkknacken beim Öffnen und Schließen des Mundes oder beim Kauen von Nahrung.



## Häufigkeit einer CMD Erkrankung

In Deutschland leiden etwa 10% - 16% der Menschen unter einer behandlungsbedürftigen CMD-Erkrankung. Laut Studienlage sind ca. 70% der Patienten\*innen Frauen, die zwischen dem 25. und 40. Lebensjahr an einer CMD erkranken. Die Beschwerden sind dabei nicht nur auf den Kopf begrenzt, sondern treten auch an anderen Körperstellen auf z.B. Hals, Schultern, Nacken oder dem Rücken.

Diese für einen Zahnarztbesuch als unerheblich eingestuft Schmerzen werden dem behandelnden Zahnarzt nicht mitgeteilt, sodass die Beschwerden häufig unterschätzt werden. Dauerhafte Schmerzen können in der Folge zu einer Depression oder zu Einschränkungen im Alltag führen. Auch hier sind Frauen häufiger als Männer betroffen. Ebenso können Depressionen wiederum das Vorhandensein von Schmerzen negativ beeinflussen. Es entsteht ein Teufelskreis.

# Unsere Passion – Ihre Funktion

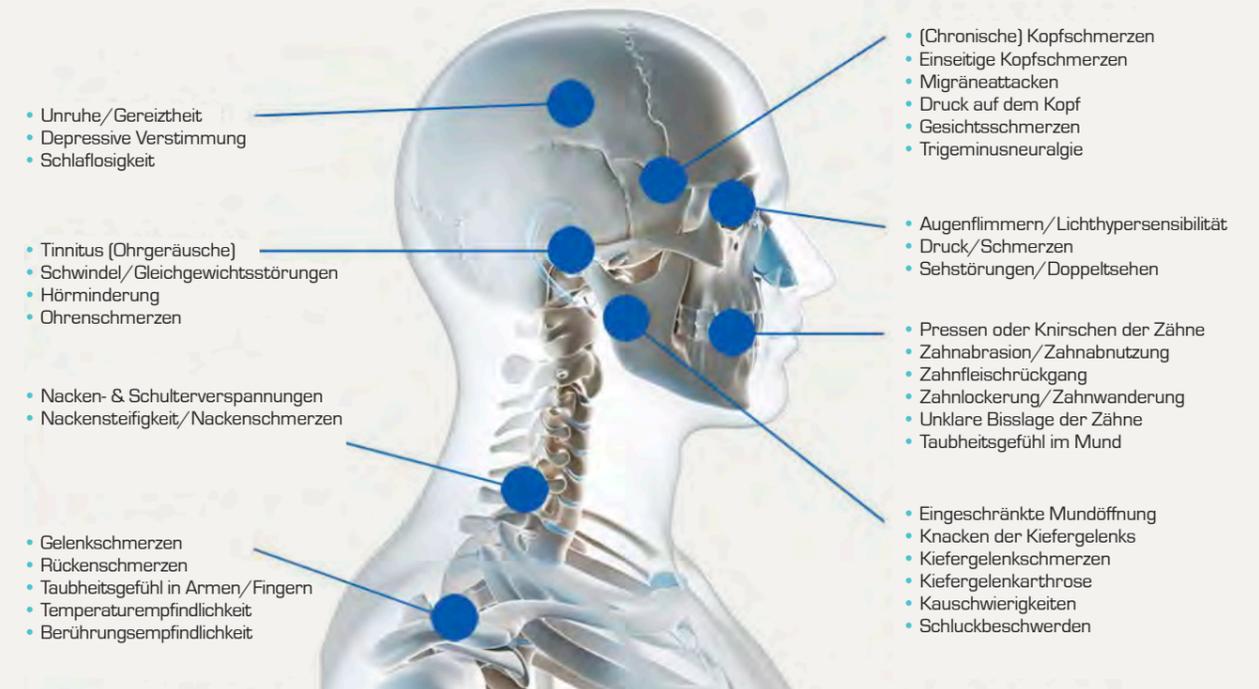
**Funktionsstörungen werden ganzheitlich in Zusammenarbeit mit verschiedenen medizinischen Fachrichtungen behandelt.**

Ihr ZfZW behandelt seit vielen Jahren erfolgreich diese Erkrankung. Unsere große Leidenschaft für dieses Thema ist dadurch entstanden, dass wir das Leben und die Gesundheit der Menschen grundlegend verbessern konnten. Die Beseitigung von langjährigen Schmerzen, die als nicht behandelbar erschienen, können in der Regel sehr gut und effizient behandelt werden. Wir haben viel Dankbarkeit von unseren Patienten erfahren dürfen und dieses Gefühl treibt uns Tag für Tag zu neuen Höchstleistungen an und lässt uns über den Tellerrand der Zahnmedizin hinausblicken.

Die Symptome der CMD sind sehr komplex und vielseitig. Darüber hinaus gibt es viele Überschneidungspunkte zu anderen Fachbereichen, wie der Orthopädie, der Neurologie oder der HNO-Heilkunde, wodurch die CMD häufig auch dort nicht erkannt wird. Die enge Zusammenarbeit mit unterschiedlichen Therapeuten ist daher essentiell. Mit Hilfe unseres Netzwerkes können wir Ihnen so die für Sie individuell beste Therapie nach neusten Erkenntnissen der Medizin anbieten.

# Typische CMD-Symptome

## Häufige Beschwerden bei einer Craniomandibulären Dysfunktion



### Was sind die Ursachen?

- Eine falsche Lage des Unterkiefers zum Oberkiefer durch fehlende Zähne (z.B. Exzision der 4er), schlechtsitzende Prothesen, nach hinten gekippte Frontzähne (Deckbiss), Zustand nach Kieferorthopädie oder falsch konstruierte Kronen- oder Brückenversorgungen.
- Unphysiologische Körperhaltung durch Haltungsanomalien (z.B. berufsbedingt).
- Psychische Gründe z.B. chronischer, dauerhafter Stress oder plötzliche Schicksalsschläge.
- Unfälle, Verletzungen, Traumata.
- In der Kindheit erworbene Fehlhaltungen

### Was können zusätzliche (Co-) Faktoren sein?

- Erhöhtes Stressaufkommen im privaten und beruflichen Umfeld.
- Chronischer Schlafmangel (zu wenig Schlaf, Einschlaf- und Durchschlafprobleme).
- Falsche Ernährung durch zu wenig Vitamine und Mineralstoffe (z.B. Omega-3 Mangel, Vitamin-D-Mangel, B-Vitaminmangel oder zu wenig Magnesium).
- Bewegungsmangel im Alltag durch zu wenig körperliche Aktivität.

## Die typischen Symptome einer CMD Erkrankungen

Machen Sie den Test und finden Sie heraus, ob eine CMD-Erkrankung vorliegen könnte. Kreuzen Sie bitte an, ob Sie unter folgenden Symptomen leiden:

- |  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Kopfschmerzen   | Typische unheilbare Diagnosen, die im Grunde auch eine therapierbare CMD-Erkrankung sein könnten und ggf. nochmal dahingehend überprüft werden sollten: |
| <input type="checkbox"/> Nackenschmerzen   |   |
| <input type="checkbox"/> Gesichtsschmerzen   |   |
| <input type="checkbox"/> Rückenschmerzen mit/ohne Bandscheibenvorfall                    | <input type="checkbox"/> Fibromyalgie   |
| <input type="checkbox"/> Kiefergelenkknacken mit/ohne Mundöffnungseinschränkungen        | <input type="checkbox"/> Skoliose   |
| <input type="checkbox"/> Taubheitsgefühle in den Armen                                   | <input type="checkbox"/> Trigeminusneuralgie  |
| <input type="checkbox"/> Ohrgeräusche bzw. Tinnitus                                      | <input type="checkbox"/> Migräne  |
| <input type="checkbox"/> Das Gefühl, dass die Zähne nicht richtig aufeinanderpassen      | <input type="checkbox"/> Burn-Out (ist zwar heilbar, hat aber häufig auch eine CMD im Hintergrund)  |
| <input type="checkbox"/> Unterschiedliche lange Beine (funktionelle Beinlängendifferenz) |   |

### Sie haben mehr als zwei positive Befunde?

Dann ist eine CMD-Erkrankung sehr wahrscheinlich und Sie sollten es abklären lassen.

# Gemeinsam und konzentriert zum Behandlungserfolg

Testbasierte Gabe von Nahrungsergänzungsmitteln kann Mangelzustände bei Vitaminen und Mineralstoffen aufdecken und damit die Therapie unterstützen

## Unser Behandlungsansatz

Sie erwartet eine ausführliche Anamnese, denn diese ist der Schlüssel zum Erfolg. Mit Hilfe eines strukturierten Vorgehens werden sämtliche relevante Symptome erfasst und dokumentiert. Mit Hilfe einer Beinlängenmessung kann sehr klar der Einfluss Ihrer Bisslage auf Ihre Körperstatik überprüft werden.

Ihre Zähne werden digital gescannt und vermessen (ganz ohne Abdruck), um für Sie spezielle Diagnostikschienen individuell anfertigen zu können. Mit Hilfe dieser Schienen wird die ideale Position ihres Unterkiefers zum Oberkiefer unabhängig von ihrem aktuellen Zahnstatus erfasst und ermittelt. Diese diagnostische Maßnahme erfasst alle drei Raumrichtungen und sorgt für eine optimale Ausrichtung aller Strukturen im Kiefergelenk. Im Idealfall können wir bereits jetzt simulieren, ob ein eventuell vorhandenes Kiefergelenkknacken erfolgreich behandelt werden kann. Leider kann nicht jedes Gelenkknacken behandelt werden, da dieses vom Verschleiß der Strukturen durch die bisher unerkannte CMD-Erkrankung abhängig ist.

Bei unklarem, komplexem Beschwerdebild (z.B. sehr stark eingeschränkte Mundöffnung oder sehr lautes Kiefergelenkknacken) führen wir mit Hilfe eines Radiologen eine harmlose MRT-Untersuchung der Kiefergelenke durch und sehen so, inwieweit die Strukturen beschädigt sind und wie groß der Erfolg unserer Therapie sein kann.

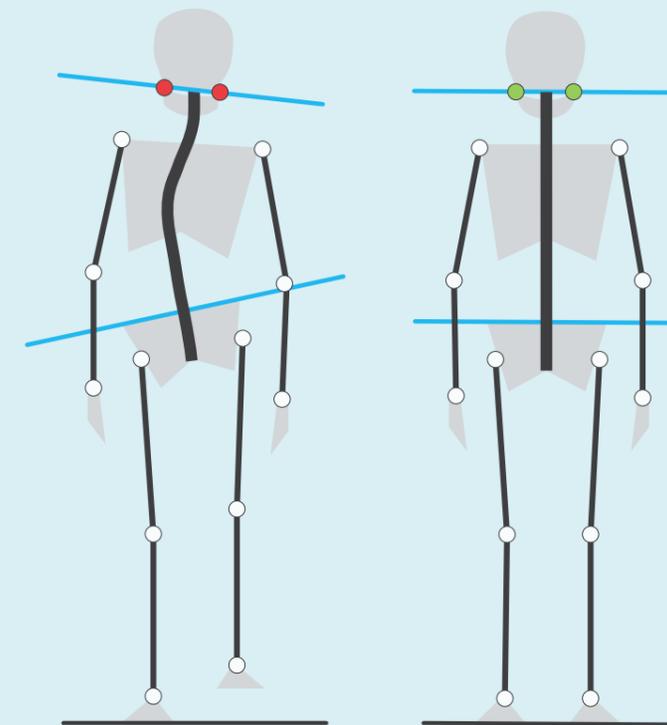
Co-Therapeuten (wie z.B. Osteopathen, Physiotherapeuten, Logopäden, HNO-Ärzten oder Orthopäden) werden Sie optimal bei ihrer Therapie unterstützen und bringen Sie schneller in den gewünschten Zustand der Schmerzfreiheit.

Eine individuell für Sie hochwertig gefräste CMD-Schiene stellt die ermittelte, ideale Position ihres Kiefers ein und sorgt mit Hilfe der Co-Therapeuten für eine schnelle Besserung der Beschwerden. Durch regelmäßige Kontrollsitzen in unserem Hause wird die Unterkieferposition durch Einschleifmaßnahmen auf der Schiene immer wieder feinjustiert, bis ein definierter Biss gefunden ist und sich Ihre Symptome verbessern.

## Mikronährstofftherapie als Begleitung der CMD-Therapie

Mikronährstoffe unterstützen den Körper Strukturen zu erhalten und neue aufzubauen. Sehr viele Menschen leiden heutzutage unter einem Mangel von Mikronährstoffen (ohne es zu wissen), wodurch Entzündungen und depressive Stimmung begünstigt und Selbstheilung blockiert werden. Im Kiefergelenk sind die Strukturen des Gelenkknorpels und der umliegenden Strukturen besonders zu erwähnen. Aber auch die aus der Erkrankung resultierenden Symptome wie Schlafmangel, Depressionen, Stimmungs-

schwankungen oder Muskelbeschwerden können durch gezielte Substitution gelindert und verbessert werden. Dysfunktionen erzeugen Entzündungsreaktionen, die Auswirkungen auf den Allgemeinzustand des gesamten Körpers haben. Diese Entzündungsprozesse sollen reduziert werden, um die Selbstheilungskräfte des Körpers anzuregen. Mit Hilfe von Blut- und Urintests können Mängel erkannt und gezielt substituiert werden. Sprechen Sie uns hierzu gerne an.



Auswirkungen einer fehlerhaften Kieferrelation auf den restlichen Körper

## Es liegt nicht nur am Kiefer

Aufgrund der Komplexität einer CMD-Erkrankung ist der Kiefer selten allein Schuld am Beschwerdebild. Es ist vielmehr eine Summe von diversen Fehlstellungen und Fehlhaltungen im gesamten Körper. Mit unseren Co-Therapeuten können wir einen digitalen Scan ihrer Wirbelsäule durchführen lassen und somit erkennen, wo zusätzlicher Behandlungsbedarf besteht. In dieser Untersuchung werden zudem Fehlhaltungen im Bereich der Hüfte, der Knien und der Füße erkennbar. Viele

Probleme, die wir in der „Mitte“ unseres Körpers spüren, haben Ihre Ursache an den „Enden“, am Kiefer und an den Füßen. Eine kombinierte Behandlung aus der Kieferfehltstellung und den Beschwerden im restlichen Körper ergeben eine komplexe, ganzheitliche Behandlung ihres Körpers.

**Wir gehen in der Regel von einer Therapiezeit zwischen 3-6 Monaten aus.**





# Behandlungserfolge einer CMD Therapie

## Was können Sie erwarten?

Eine erfolgreiche CMD-Therapie lässt sich an der Besserung der subjektiven, individuellen Beschwerden messen. Nicht immer ist das Ziel eine vollständige Heilung der Symptome, oft ist aber schon eine deutliche Linderung ein lohnenswertes Ziel.

- Verbesserung von muskulären Beschwerden
- Reduzierung von Verspannungskopfschmerzen
- Verbesserung der Körperstatik
- Verbesserung von Schlafstörungen
- Verbesserung der Psyche durch Beseitigung von negativen Gefühlen
- Verhinderung der Verschlimmerung bereits vorhandener Symptome
- Beseitigung des Kiefergelenkknackens
- eine normale Mundöffnung nach Traumata

## Was kostet Sie eine CMD-Therapie?

- Eine CMD-Therapie inkl. ausführlichem CMD-Check ist eine rein privat zu zahlende Therapie je nach Therapieumfang.
- Die gesetzlichen Krankenkassen beteiligen sich nicht an den Kosten, da diese Leistung aus dem Sozialgesetzbuch V (SGB V) gestrichen worden ist und es somit keine Gesetzesgrundlage mehr für eine Kostenbeteiligung gibt.
- Gerne erstellen wir Ihnen einen individuellen Kostenvoranschlag.
- Kosten: ca. 1.900 Euro- 2.300 Euro, abhängig vom Ausmaß und Umfang der Behandlung

## Sie sind sich nicht sicher, ob sie an einer CMD leiden könnten? Sie finden sich aber in den genannten Symptomen wieder?

Dann vereinbaren Sie gerne einen kostenlosen CMD-Kurzcheck. In diesem Check können wir Ihnen mitteilen, ob sie an einer CMD-Erkrankung leiden. Dazu schauen wir uns 7 typische Indizien an, die die Wahrscheinlichkeit einer CMD vorhersagen. Auch unsere neue „**DIGITALE INTELLIGENTE ANAMNESE**“ liefert anhand Ihrer Angaben einen Hinweis auf das Vorliegen einer CMD-Erkrankung.

**Wir freuen uns darauf Sie kennenzulernen,**  
Ihr Steffen Schmidt und Ihr Dr. Jan Tühscher

# Viele Schienen führen nach Rom

## Die unterschiedlichen Schienenarten im Überblick

Jeder Patient stellt sich die Frage: Welche ist denn nun für mich die richtige Schiene? Im Folgenden werden die unterschiedlichen Schienen erklärt und erläutert. Welche Schiene nutze ich wann?

### Kurzfristiger Aufbissbehelf (Krankenkassenschiene):

Die Kosten der Schiene werden zu 100% von der Krankenkasse getragen. Die Schienenversorgung ist als kurzfristige Schiene gedacht. Bei akuten Kiefergelenkproblemen z.B. nach Trauma oder akuten Entzündungen im Kiefergelenk ist eine schnelle Entlastung des Gelenkes erforderlich. Daher sollte diese Schiene max. 4-6 Wochen getragen werden und im Anschluss gegen eine adjustierte oder CMD-Schiene ersetzt werden. Für die Herstellung wird ein einzelner Abdruck des Unterkiefers mit Alginat genommen. Ein Abdruck des Oberkiefers erfolgt hier nicht. Daher ist eine Anpassung an ihren Biss nicht möglich. Wie, wo und wann Sie zuerst auf die Schiene beim Schlussbiss aufbeißen, ist nicht vorhersagbar. Bei längerer Tragedauer als 6 Wochen kann es zu Verschlimmerung der Beschwerden kommen, da durch den "falschen Biss" der Schiene Ihr Kiefer in eine Fehlhaltung geführt wird und Symptome wie Kopf- oder Nackenschmerzen sich verschlimmern können.



### Adjustierte Schiene:

Die Kosten der Schiene werden anteilig von der gesetzlichen Krankenkasse getragen (Die private Krankenversicherung übernimmt die Kosten). Hier erfolgt die Abdrucknahme des Ober- und Unterkiefers in unserer Praxis ohne Abdruck, sondern mit digitalen Scans. Das ist viel komfortabler und präziser. Durch das Design und der Dicke der Schiene kann eine Feinjustierung ihres "Bisses" beim Einsetzen der Schiene erfolgen. Wir möchten mit dem Design der Schiene erzielen, dass Sie keine statischen Eck- oder Frontzahnkontakte auf der Schiene erhalten, da die Frontzähne sehr sensibel

auf Kontakte reagieren und der Körper mit einer "nach-hinten-Verlagerung" des Unterkiefers reagiert und dies zu Problemen im Kiefergelenk führen kann. Zudem stellen wir in der Dynamik eine gute Eckzahnführung ein, bei der die Seitenzähne bei Seit- und Vorwärtsbewegungen keinen Kontakt mit der Schiene haben. Dadurch werden ebenfalls Fehlkontakte vermieden, die häufig bei den eigenen Zähnen zu den Symptomen wie Kopf- oder Nackenschmerzen führen.



### Bruxane personal gegen Bruxismus (gegen das Pressen)

Hierbei handelt es sich um eine Biofeedback-Schiene. Diese Schiene, die für den Oberkiefer angefertigt wird, ist für Patienten gedacht, die lediglich stark Pressen oder Knirschen und sonst unter keinen großen Beschwerden leiden. Bei einem zu großen Druck z.B. in der Nacht erfolgt eine Vibration, sodass sich der Kiefer reflektorisch wieder öffnet. Dadurch wird gewährleistet, dass keine großen Kräfte auf die Zähne übertragen werden und es damit zu keinem Zahnverschleiß sowie zu Verschlimmerung der Beschwerden im Bereich der Kaumuskulatur kommt. Diese Schiene gibt es in zwei Varianten: Bruxane personal basis und Bruxane personal data. Bei der letzteren Variante wird mittels eines Mikrokontrollers die Knirschaktivität aufgezeichnet und visuell dargestellt. Dadurch kann der Einfluss der aktuellen Lebensumstände auf das Knirschverhalten dargestellt werden. Die Herstellungskosten einer Bruxane personal werden nicht von den gesetzlichen Krankenkassen übernommen.



### Unterschied zwischen den verschiedenen Schienenarten:

Die durchschnittliche Tragedauer liegt in etwa bei 2-4 Jahren. Alle zwei Jahre ist eine Neubeantragung über die gesetzliche Krankenkasse möglich.

	Einfache Schiene	Adjustierte Schiene	Bruxane personal	CMD-Schiene
<b>1. Abdrucknahme</b>	★ ★ ★ ★ ★ 1 Analoge Abdrucknahme mit Alginat (nur Unterkiefer)	★ ★ ★ ★ ★ 5 Digitaler Scan, Scan des Ober- und Unterkiefers	★ ★ ★ ★ ★ 5 Digitaler Scan, Scan des Ober- und Unterkiefers	★ ★ ★ ★ ★ 5 Digitaler Scan, Scan des Ober- und Unterkiefers
<b>2. Genauigkeit des Abdruckes</b>	★ ★ ★ ★ ★ 2 Aufgrund der Elastizität des Schienenmaterials ist eine hohe Genauigkeit nicht erforderlich	★ ★ ★ ★ ★ 5 Sehr gute Genauigkeit; super Passung, da Passung digital konfiguriert wird	★ ★ ★ ★ ★ 5 Sehr gute Genauigkeit; super Passung, da Passung digital konfiguriert wird	★ ★ ★ ★ ★ 5 Perfekte Genauigkeit; Kiefermodelle werden mittels 3D-Drucker ausgedruckt
<b>3. Langlebigkeit</b>	★ ★ ★ ★ ★ 1 Sehr dünne Schichtstärke, etwa 1mm dick	★ ★ ★ ★ ★ 5 Dicke der Schiene ist individuell, sodass ein höherer Abrieb verhindert wird. Wird nur selten angepasst.	★ ★ ★ ★ ★ 4 Lange Haltbarkeit, Integrierter Akku hält etwa 2 Jahre	★ ★ ★ ★ ★ 4 Dicke der Schiene ist individuell; Schiene ist ein Therapiemittel, das je Sitzung weiter bearbeitet wird, dadurch höherer Abrieb
<b>4. Stabilität</b>	★ ★ ★ ★ ★ 1 Sehr dünn, stark elastisch, wenig Widerstand gegen Kaukräfte	★ ★ ★ ★ ★ 5 Dick, stabil, hoher Widerstand gegen auftretende Kräfte	★ ★ ★ ★ ★ 5 Ist aus Silikon, sehr elastisch, dadurch sehr stabil	★ ★ ★ ★ ★ 4 Dick, stabil, hoher Widerstand gegen Kräfte; Stabilität kann in Verlauf durch Einschleifmaßnahmen abnehmen
<b>5. Genauigkeit und Passung der Okklusion ("des Bisses")</b>	★ ★ ★ ★ ★ 1 Keine Anpassung der Schiene an Ihren Biss, da der Oberkiefer nicht berücksichtigt wird; Schiene kann nicht individuell eingeschliffen werden	★ ★ ★ ★ ★ 3 Gute Anpassung Ihres Bisses möglich da der Gegenkiefer berücksichtigt worden ist; Individuelle Bissanpassung jederzeit möglich	★ ★ ★ ★ ★ 3 Gute Anpassung Ihres Bisses möglich, da der Gegenkiefer berücksichtigt wird; Keine Individuelle Bissanpassung mehr möglich	★ ★ ★ ★ ★ 5 Hoch präzise Einstellung Ihres Bisses Berücksichtigung der richtigen Kiefergelenkposition durch ausführlichen Diagnostiktermin; Therapiemittel
<b>6. Empfohlene Tragedauer</b>	★ ★ ★ ★ ★ 1 Als kurzfristiger Aufbissbehelf bei akuten Schmerzen für 4-6 Wochen	★ ★ ★ ★ ★ 5 Durch individuelle Bissanpassung längere Tragedauer möglich; > 2 Jahre	★ ★ ★ ★ ★ 3 Aufgrund der Limitierung des integrierten Akkus ist von einer Haltbarkeit von 2 Jahren auszugehen	★ ★ ★ ★ ★ 4 Längere Tragedauer möglich; Durch Einschleifmaßnahmen höherer Verschleiß und kürzere Lebensdauer, aber sehr individuell; Therapiedauer: 3-6 Monate, danach als adjustierte Schiene weiter nutzbar
<b>7. Kosten</b>	★ ★ ★ ★ ★ 5 Kosten trägt zu 100% die Krankenkasse alle 2 Jahre	★ ★ ★ ★ ★ 3 Kosten trägt anteilig die Krankenkasse; Höherer Aufwand durch individuelle Bissanpassung wird privat berechnet; Alle 2 Jahre werden anteilige Kosten durch KK getragen	★ ★ ★ ★ ★ 1 Eine Bruxane personal wird nicht von der gesetzlichen Krankenkasse übernommen. Sämtliche Leistungen sind privat zu tragen. PKV zahlt in der Regel die Kosten	★ ★ ★ ★ ★ 1 CMD-Therapie keine GKV-Kassenleistung; Sämtliche Leistungen sind privat zu tragen, PKV trägt in der Regel die Kosten

# Wenn der Biss passt

## Wie geht es nach einer erfolgreichen CMD-Behandlung weiter?

In etwa **80%** der Fälle sind nach Abschluss der Therapie keine weiteren Maßnahmen erforderlich. Die Schiene wird in der Regel weiter jede Nacht getragen und bei Bedarf an den aktuellen Biss angepasst, wenn erneute Beschwerden auftreten. Einige Patienten benötigen in der Nacht sogar keine Schiene mehr und sind komplett beschwerdefrei.

Etwa **20%** der Patienten benötigen im Anschluss entweder eine restaurative, prothetische Versorgung oder eine Kieferorthopädische Behandlung. Die Indikation richtet sich immer nach dem Ausmaß der Bissverschiebung, die durch die CMD-Therapie erreicht worden ist. Eine deutliche Veränderung des Bisses in der Höhe („Vertikale“) oder in der Lage („Sagittale“) beinhaltet eine rekonstruktive Maßnahme an Ihren Zähnen, wenn nicht ein Leben lang eine Schiene getragen werden soll. Die erzielte Schienenposition stellt dabei die Ausgangssituation dar, an der sich die Maßnahme richtet. Eine Übertragung der Schienenposition auf Ihre eigenen Zähne kann dabei prothetisch und/oder kieferorthopädisch erfolgen. Manchmal ist eine Kombination aus beidem erforderlich.

## Die prothetische Lösung: Table Tops

Nach erfolgreicher Behandlung mit Festlegung der therapeutischen Bisslage werden erneut digitale Scans von Ihren Zähnen gemacht. Im Labor werden Ihre Zähne digital so aufgebaut, dass Sie später **OHNE** eine Schiene in der neuen Bisslage kauen und sprechen können. Die Diskrepanz zwischen den Kiefern werden im folgenden Schritt mit keramischen Kronen/Teilkronen/Inlays an den Stellen ersetzt, die eine Abweichung aufweisen. So können gezielt und punktuell die Zähne aufgebaut werden. Dies passiert in der Regel ohne das gebohrt werden muss oder eine Betäubung notwendig ist. Dies ist aber (individuell) von Fall zu Fall unterschiedlich.

Während dieses Behandlungsschrittes können weitere Wünsche Ihrerseits ideal berücksichtigt werden, falls Sie beispielsweise schon lange unglücklich und unzufrieden mit Ihrem Lächeln sind. Digitale Planungsunterlagen simulieren vorab ein ästhetisch, für Sie passendes Lächeln in Bezug auf Ihr Gesicht. Sie können vorab mitplanen, mitentscheiden und Änderungen vornehmen, bis Sie zufrieden sind. Sie bekommen eine Emotion zu Ihrem neuen Erscheinungsbild und fühlen sich bereits vorab wohl mit Ihrem neuen Lächeln. Dadurch erlangen Sie mehr Lebensfreude, Lebensqualität und Selbstbewusstsein, weil ein herzhaftes, natürliches Lächeln genau dieses bewirken kann. Krankenkassen und Zusatzversicherungen beteiligen sich i.d.R. anteilig an den Kosten. Dies gilt insbesondere für medizinisch notwendige Maßnahmen. Inwieweit das der Fall ist, ist individuell zu entscheiden und hängt von vielen Faktoren ab. Diese neue Art der digitalen Planung nennt sich DSD - Digital Smile Design.



Umgesetztes  
DSD-Smile Design  
im Vorher-Nachher-  
Vergleich





Mit Invisalign  
Zahnschienen  
zu geraden  
Zähnen

# Die kieferorthopädische Lösung **Invisalign oder eine Multiband-Bracket-Apparatur**

In vielen Fällen ist eine reine, prothetische Lösung nicht möglich. Wenn z.B. die Frontzähne zu stark nach „hinten“ gekippt stehen und dies nachweislich die Ursache Ihrer Funktionsstörung gewesen ist, ist eine Lösung mit neuen Kronen nicht möglich. Hier müssen die Zähne in ihre natürliche Achse nach „vorne“ Richtung Lippe bewegt werden, sodass der Kiefer nach vorne in die Entspannung gleiten kann. Auch kann es aufgrund starker Engstände, vielen Rotationen der Zähne im Kiefer oder verengten Zahnlücken aufgrund langer Zahnlosigkeit nicht möglich sein, dass diese sofort prothetisch versorgt werden können. Durch digitale Planungen können unsichtbare Schiene oder festsitzende Apparaturen so hergestellt werden, dass Zähne bis ins hohe Alter sanft bewegt werden können. Hier kann die Kieferorthopädie ein wirkungsvolles und großartiges Hilfsmittel sein, um ihre Funktion und Ästhetik wieder herzustellen.

Sehr häufig sind aber Funktionsstörungen mit einem starken Substanzverlust der Zähne assoziiert, die allein kieferorthopädisch nicht zu lösen sind. Hier ist eine Kombination aus Kieferorthopädie und Prothetik die beste Herangehensweise zur Rehabilitation ihrer Zähne.

Eine kieferorthopädische Behandlung ist im Erwachsenenalter nur in sehr eingeschränkten Fällen eine Leistung der gesetzlichen Krankenkasse. Daher sind die Kosten privat zu tragen und liegen je nach Fall zwischen 3.000-6.500 Euro abhängig vom individuellen Aufwand.



ZA Steffen Schmidt

## Vita: ZA Steffen Schmidt

- 2020 - 2021 CMD Curriculum bei PD Dr. Ahlers mit Erlangung eines Tätigkeitschwerpunktes im Fachbereich der CMD
- 2019 mehrtägige CMD-KFO-Fortbildung bei Fr. Dr. Elizabeth Menzel in Hamburg
- Seit 2015 im ZfZW in den Bereichen Kieferorthopädie und CMD-Therapie
- 2014 Staatsexamen an der Universität Hamburg



Dr. Jan Tühscher, M. Sc.

## Vita: Dr. Jan Tühscher, MSc

- Seit 2019: Regelmäßige Informationsveranstaltungen zum Thema Biologische Zahnheilkunde und CMD
- 2018: Schwerpunkt Biologische Zahnheilkunde
- 2017 Curriculum Umweltzahnheilkunde
- 2012 Funktionssymposium Prof. Hahn
- 2007-2008 Curriculum CMD bei Dr. Christian Könnecke
- Seit 2007 Mitglied im CMD-Dachverband
- Seit 2006 Schwerpunkt CMD Therapie
- 2003 Staatsexamen an der Universität Hamburg



**Bei uns sind Sie gut aufgehoben**

**BIOSMILE**   
Biologische Zahnheilkunde und Ästhetik



# Wann sehen wir uns?

Bitte zögern Sie nicht, uns bei Fragen, Wünschen oder Sorgen anzusprechen. Unser Team berät Sie gern zu allen Belangen und ist immer für Sie als Ansprechpartner erreichbar.

 ZENTRUM FÜR ZAHNHEILKUNDE  
WESTHOLSTEIN

Bahnhofstraße 8  
25358 Horst (Holstein)

Tel: 04126-1229  
Fax: 04126-2838

info@zfw.de  
www.zfw.de

 [www.facebook.com/zfw.de](https://www.facebook.com/zfw.de)  
 [www.instagram.com/zfw.de](https://www.instagram.com/zfw.de)