

9. Bremer Symposium bringt Neues für eine erfolgreiche Therapie bei CMD

# Schluss mit unklaren Kopfschmerzen

BREMEN. „15 Jahre hatte ich ständig Schmerzen, jeden Tag, 24 Stunden. Angefangen hat es mit den Zähnen und manchmal Gesichtsschmerzen, dann im ganzen Kopf-Nacken-Bereich, dann bis zum Rücken. Später kamen heftige Schwindelattacken hinzu. Ich hätte die Wände hochgehen können und keiner der vielen Ärzte konnte mir helfen.“

So beschreibt Christine M. 15 Jahre ihres Lebens mit dem Krankheitsbild CMD. Hilfe und letztendlich vor allem mehr Lebensqualität fand sie im fachübergreifenden Netzwerk des Bremer CMD-Spezialisten Dr. Christian Köneke, der dieses komplizierte Problem gemeinsam mit anderen Fachärzten als Team anpackt.

Diese Zusammenarbeit klingt einfach, ist jedoch über Fachgrenzen hinweg sehr schwer zu realisieren und bedeutet mehr fachliches Miteinander als in einer Überweisung steht. Köneke betont: „Die Spezialisten müssen eine Sprache sprechen und viel aus dem Fachgebiet des anderen wissen“, erklärt Köneke. Damit möglichst viele Patienten auf diese Weise Hilfe bekommen können, hat der Bremer Zahnarzt vor neun Jahren einen eigenen Kongress, das Norddeutsche CMD-Symposium, in Bremen geschaffen.

Am 3. und 4. Oktober wurde das neueste CMD-Wissen der einzelnen Spezialisten in geballter Form für Ärzte, Zahnärzte und Physiotherapeuten auf den Punkt gebracht. Über 100 Teilnehmer aus dem gesamten Bundesgebiet lernten so an der Weser auf der größten fachübergreifenden Veranstaltung dieser Art in Deutschland, wie man Patienten helfen kann und Schlimmeres verhindert.

CMD steht dabei für das „Wortmonster“ Craniomandibuläre Dysfunktion. Im weitesten Sinne bedeutet es, dass im Zusammenspiel zwischen Zähnen und Schädel etwas nicht richtig zusammenpasst. Das können fehlende oder abgenutzte Zähne genauso sein, wie zu hohe Zahnkronen oder aber einfach verschobene Wirbel im Bereich der Halswirbelsäule. Bei manchen Patienten ist einfach nur



Seit über zehn Jahren therapiert Christian Köneke CMD-Patienten in einem Netzwerk mit ärztlichen Kollegen und gibt diese Erkenntnisse an andere Kollegen auf Fortbildungen weiter. Foto: FR

die Brille nicht korrekt eingestellt. „Der Körper gleicht das über die Halsmuskulatur beziehungsweise Halswirbelsäule aus, die fehlbelastet wird und als Antwort zunächst schmerzt, dann Schwindel hervorruft“, so Köneke.

Selbstverständlich wird zum Beispiel beim HNO-Arzt parallel abgeklärt, ob eine andere Ursache für den Schwindel besteht. Diese Beschwerden bringen langfristig einige Patienten an den Rand der Existenz, machen berufs- oder beziehungsunfähig. Köneke erklärt: „Wer unter ständigen Schmerzen und Schwindelattacken leidet oder sogar ein dauerhaftes Ohrgeräusch, einen Tinnitus, entwickelt, der kann sich irgendwann niemandem mehr mitteilen und zieht sich zurück.“ Selbst wenn der falsche Biss hier ursprünglich mal die Ursache war, hat sich das ganze Beschwerdebild nach geraumer Zeit quasi verselbständigt mit Auswirkungen nicht nur in Nacken und Rücken sondern auch bis hin zur Psyche. Köneke unterstrich: „Diesen Patienten kann ein Arzt allein meist nicht mehr helfen. Der heldenhafte Einzelkämpfer kommt hier auf Dauer nicht weiter. Fast immer brauchen wir einen spezialisierten Orthopäden, Osteopathen

und Physiotherapeuten, oft die Augenärzte, die HNO und viele andere.“

Diese Meinung vertraten alle Referenten. Einigkeit herrschte auch darüber, wie wichtig es sei, trotz Netzwerk einen „Bezugsarzt“ für den Patienten zu haben, der koordiniert und persönlicher Ansprechpartner ist. Köneke meint: „CMD-Behandlung ist sehr persönlich und

nicht anonym.“ Im Blick auf die Therapie warnten die Spezialisten, dass nicht an erster Stelle unumkehrbare Eingriffe stehen sollten, sondern zunächst rücknehmbare Veränderungen, das heißt, man setzt zunächst besser aus und erst bei deutlicher und langzeitstabiler Besserung der Beschwerden auf eine Veränderung der Zähne oder Zahnkronen.

## Symposium verschafft Überblick

### Neues rund um die CMD-Therapie

BREMEN. Vieles kann Craniomandibuläre Dysfunktion (CMD) auslösen. Mögliche Ursachen sind unter anderem:

- Falsche Brille kann Druckschmerz ausüben
- Kranke Muskelbereiche im Schulter-, Nacken-, oberem Rückenbereich können Schmerzen an anderem Ort erzeugen, zum Beispiel im Bereich der Zähne (Triggerpunktschmerz)
- Psychische Faktoren tragen maßgeblich zur Chronifizierung von Schmerzen bei
- Wirbelverschiebungen bei der Geburt erzeugen nicht nur KISS/KIDD-Kinder, sondern münden auch in eine CMD
- Störungen im neuromotorischen Aufrichtungsprozess

können nachhaltige Folgen auf Körperstatik und Biss haben, können aber „nachgelernt“ werden

- Knirschen bei Kindern ist normal, Schnarchen nicht.

#### Therapiemöglichkeiten:

- Kieferchirurgische Verlagerungsoperationen: Konzepte neu überdenken damit Patienten besser atmen können
- Botox als Hilfe bei exzessivem Muskelmissbrauch
- Achtung bei Schienenpatienten mit Schlafapnoe: Lebensgefahr im Schlaf
- Moderne Kieferorthopädische Therapie hilft CMD zu verhindern
- Ernährung beeinflusst CMD

Rheuma-Informationsnachmittag am Rotes Kreuz Krankenhaus

## Neueste Erkenntnisse zur Therapie

BREMEN. Anfang November findet das 26. Bremer Rheuma-Symposium im Park Hotel statt. Über 200 hochkarätige Wissenschaftler und Ärzte diskutieren dort im Kollegenkreis neueste Erkenntnisse zu Diagnostik und Therapie rheumatischer Erkrankungen. Damit die Neuigkeiten aus der Rheumatherapie auch die Betroffenen erreichen, stellen die Organisatoren des Symposiums, die Chefarzte des Bremer Rheumazentrums am Rotes

Kreuz Krankenhaus (RKK), die Ergebnisse bei einem Rheuma-Informationsnachmittag in der Klinik vor.

Am Mittwoch, 12. November, von 15 bis 18 Uhr, gibt es für das interessierte Publikum dann im RKK nicht nur allgemeinverständliche Vorträge, sondern auch die Möglichkeit, Fragen zu stellen und schnelle Beratung bei Selbsthilfegruppen zu bekommen. Rundgänge durch das Rheumazentrum, die Teil-

nahme an Entspannungsübungen, ein Besuch in der Kältekammer, ergotherapeutische Beratung, ein Quiz und vieles mehr stehen an diesem Nachmittag auf dem Programm. (EMSN)

Aufgrund der begrenzten Sitzplätze bittet das Rheumazentrum um verbindliche Anmeldung bis 3. November unter der Telefonnummer 5599304. Weitere Informationen unter [www.rotekreuzkrankenhaus.de](http://www.rotekreuzkrankenhaus.de).

## CMD-Steckbrief

**Symptome:** Schmerzen im Bereich von Zähnen, Kopf, Nacken, Rücken, Schwindel, Ohrgeräusche.

**Diagnostik:** Erstbehandelnder CMD-Spezialist stellt Weichen und kooperiert mit anderen Therapeuten wie Orthopäden, Physiotherapeuten, HNO, Augenärzten.

**Therapie:** zunächst detailliert Spezialschienen (Kunststoff, herausnehmbar), orthopädische Behandlung, eventuell – Brillenkorrektur, eventuell je nach individueller Ursache – weitere Informationen, Fortbildungen und Therapeuten gibt es unter [www.cmd-therapie.de](http://www.cmd-therapie.de).

**Ursache:** Falscher Biss und krummer Rücken – 80 Prozent der Bundesbürger haben eine sogenannte Fehlbisslage, das heißt, der Biss passt nicht richtig aufeinander. Davon sind allerdings nur fünf Prozent der CMD-Patienten betroffen.

**Frauen leiden häufiger:** 80 Prozent der CMD-Betroffenen sind Frauen. „In der Altersverteilung gibt es zwei Höhepunkte, wobei einer in der Altersgruppe um die 30 Jahre liegt und einer um die fünfzig Jahre“, erläutert Köneke. Bei Männern sei die Dunkelziffer allerdings hoch, weil diese erst viel später mit Schmerzen zum Arzt gingen als Frauen.

**Jahrelange Leidensgeschichte erschwert Therapie:**

Kommt der Patient mit einem falschen Biss, kann schnell und einfach mit kleinen Korrekturen geholfen werden. Jahre später sind bereits Dauerschmerzen, Schwindel oder auch Tinnitus, also ständige Geräusche im Ohr, vorhanden, macht eine Therapie deutlich schwieriger und mehr Fachärzte werden benötigt.

**Zuerst: Wissen wo es her kommt** Schlüssel zum Erfolg ist die gemeinsame aufeinander abgestimmte Suche mit mehreren Fachärzten nach den Ursachen der CMD, die sehr unterschiedlich sein können. Ohne Kompetenzgerangel müssen die Ärzte und Zahnärzte eine genaue Diagnose stellen und dann gemeinsam konsequent behandeln.

**Gute Aussichten bei konsequenter Therapie:** 85 Prozent der Patienten erleben innerhalb von vier Wochen nach Behandlungsbeginn eine deutliche Besserung oder Beseitigung der Beschwerden. Bei falscher Bisslage, einer der Hauptursachen, wird mit einer Schiene gearbeitet, die jedoch sehr viel aufwendiger als die herkömmliche Knirscherschiene ist.

## IMPRESSUM

### VERLAG

Bremer Anzeiger GmbH  
Martinstraße 33 · 28195 Bremen  
Tel: 0421 5 18 04 - 56 00  
Fax: 0421 5 18 04 - 56 01  
ISDN (Leonardo): 04791 90 87 29  
Geschäftsführung und verantwortlich für den Gesamthalt: Rolf Pracht

### REDAKTION

eMedienservice Nord GmbH  
Martinstraße 33 · 28195 Bremen  
Tel: 0421 5 18 04 - 59 95  
Fax: 0421 5 18 04 - 59 01  
E-Mail: [redaktion@bremer-anzeiger.de](mailto:redaktion@bremer-anzeiger.de)  
Chefredakteur: Peter Tänzler  
Redaktion: Nicole Schmidt, Antje Wilken

### ANZEIGENANNAHME

Tel: 0421 5 18 04 - 56 00  
Fax: 0421 5 18 04 - 56 01  
E-Mail: [anzeigen@bremer-anzeiger.de](mailto:anzeigen@bremer-anzeiger.de)  
Anzeigenleitung (verantwortlich):  
Marc Bode

### ZEITUNGS-ZUSTELLUNGS-SERVICE

Tel: 0800-101 44 37 (kostenlos)  
E-Mail: [vertrieb@bremer-anzeiger.de](mailto:vertrieb@bremer-anzeiger.de)

### VERTRIEB

Weser Medien Vertrieb GmbH  
Tel: 0421 80 04 84 - 0  
Vertriebsleitung: Anne Grote

### DRUCK

Bremer Tageszeitungen AG, Bremen