



# Burkhard Wittje

Ganzheitliche Zahnheilkunde

**Kiefergelenksprobleme und Kiefer-Gesichtsschmerz sind häufige Themen der täglichen Praxis. Sie erfordern in der Regel ein interdisziplinäres Vorgehen von der Schmerzdiagnostik bis zur Therapie des Kiefergelenks. In unserer Praxis sind wir spezialisiert auf die Schienentherapie nach „Schöttl“.**

Diese Schiene hilft Ihnen direkt durch Veränderung des Aufbisses. Sie sollen Ihre im wahrsten Sinn des Wortes eingebissene Bisslage lösen .

Falls Sie dennoch weiter knirschen oder pressen, so ist die Schiene weicher als Ihre Zähne. Zerbeißen Sie lieber die Schiene, als Ihre Zähne. Die Schiene lässt sich leichter reparieren.

Doch wenn der einzige Lösungsvorschlag nur in einer definitiven okklusalen Adjustierung ( also neuem Einschleifen) besteht, neigt ein Großteil der Menschen zu weiterem „Einbeißen“. Richtig ist hier eine funktionstherapeutische Behandlung. Dabei kommt der Patientenmitarbeit und Eigenverantwortung am Erfolg bei der Behandlung eine fundamentale Bedeutung zu.

## Zusammenarbeit mit anderen Therapeuten

Durch die Stabilisierung im Mund wird der Cranio-Sacral-Therapie oder der Osteopathie manchmal erst ein anhaltender Erfolg ermöglicht. Ihr schiefer Biß überträgt sich auf die Schulter und dann auf die gesamte Wirbelsäule. Welche Therapie nun beginnen muß oder wer wem folgt, ist messbar. Häufig muss gleichzeitig – eben ganzheitlich – behandelt werden.



*Schiene im Mund – hier zur Verdeutlichung aus blauem Kunststoff*

## So beginnen Sie die Schiene zu tragen

1. Die ersten drei Tage tragen Sie die Schiene bitte 24 Stunden am Tag. Die Ausnahmen, wie Essen oder Sport sollten möglichst kurz sein. Die Oberfläche der Schiene ist zuerst fast glatt, damit die Zähne / ihr Kiefer sich selbst die geeignete Position suchen können. Besonders unangenehme Stellen klären Sie bitte mit uns ab.
2. Die folgenden zwei Tage nehmen Sie die Schiene bereits ca. zwei Stunden während des Tages heraus. An den nächsten zwei Folgetagen steigern Sie das Herausnehmen auf vier Stunden.
3. Nach Ablauf einer Woche erfolgt üblicherweise eine Kontrolle durch uns und Sie haben soviel

„erspürt“, dass keine weiteren Trageanweisung mehr erfolgen.

4. Dauerhaft wird die Schiene alle vier Wochen kontrolliert und eingeschliffen.
5. Haben Sie die Schiene bitte immer bei sich – dann werden Sie diese z.B. beim Autofahren leicht verwenden.

## In welcher Bandbreite dürfen die Empfindungen bei einer neuen Schiene sein

- Fremdkörpergefühl
- Spielreiz für die Zunge
- Fehlende Bissorientierung, dafür kein Presszwang
- Suche nach der richtigen Bisslage, auch ohne Schiene
- Änderung der Muskelspannung
- Änderung des Gesichtsausdrucks
- Einseitiges Aufkommen der Zähne
- Schiefe Körperhaltung wird als unangenehm empfunden
- Übelkeit
- Nächtliche Träume
- Anfänglich verstärktes Knirschen
- Ungewohnte Schlafposition
- Freiere Beweglichkeit des Halses, der Schulter und / oder des Rückens
- Gelenkknacken hört auf
- Schmerzfreiheit
- Bessere Regulationsfähigkeit des Körpers
- Wohlbefinden