

# Folgenreiches Zähneknirschen

»Gesund in Bad Nauheim«: Vortrag über »Biss-Balance«

**Bad Nauheim** (pm). Was ist »Biss-Balance?« Mit dieser Frage beschäftigte sich die Zahnärztin Dr. Rhena Butros im Rahmen der Reihe »Gesund in Bad Nauheim« des Kneipp-Vereins. »Sich durchs Leben beißen«, »Zähne zusammen und durch«, »Verbissen sein« – der Volksmund kennzeichnet mit diesen Begriffen laut Butros die Härte des Lebens. Es könne aber auch etwas anderes dahinterstecken. »Haben meine Beschwerden vielleicht etwas mit meinem Biss zu tun?«, fragten Patienten häufig. Um die Zusammenhänge zwischen Kopf- und Nacken-

schmerzen, Migräne, Rückenschmerzen, Tinnitus sowie Schwindel und dem Gebiss verstehen zu können, gab die Referentin einen Einblick in Anatomie und Funktionsabläufe.

Eine besondere Bedeutung habe möglicherweise das nächtliche Zähneknirschen und das Aufeinanderpressen der Zähne am Tage. Ein gesundes Kausystem könne die beim Zähneknirschen entstehende Belastung kurzzeitig durchaus verkraften. Sei das Maß voll, reiche das »berühmte Sandkörnchen«, um Schmerzen innerhalb und außerhalb des Kausystems entstehen zu lassen. Diese Be-

schwerden seien unter Umständen nicht so leicht in den Griff zu bekommen. Die Patienten leiden Butros zufolge an den unterschiedlichsten Symptomen.

Mit Entspannungstechniken könne der Faktor Stress reguliert werden. Der Zahnarzt helfe mit einer »Jig-Schiene«, die Kaumuskelatur nicht weiter zu belasten und das anhängende System zu entlasten. (Foto: pv)



**Dr. Rhena Butros**