

Pressemitteilung

Neuer ZahnRat: SOS in den Kiefergelenken

Es knackt beim Gähnen oder die Kiefermuskulatur tut beim Zubeißen weh? Probleme mit dem Kauorgan können weitreichende Folgen für den gesamten Körper haben: Kopf- und Nackenschmerzen, abgeschliffene, schmerzempfindliche Zähne, Müdigkeit am Morgen und sogar Tinnitus und Rückenschmerzen. Die neu erschienene Ausgabe der Patientenzeitschrift „ZahnRat“ richtet die Aufmerksamkeit auf den Kiefer.

Wenn der Kiefer aus dem Gleichgewicht gerät

Die genannten Symptome können von einer Über- oder Fehlbelastung der Kaumuskulatur und der Kiefergelenke herrühren. Eine häufige Ursache dafür ist Bruxismus, also das Pressen oder Knirschen mit den Zähnen. Daneben kann es noch etliche andere Gründe geben, die in der Zahnarztpraxis genau untersucht werden. Sind die Beschwerden dauerhaft oder wiederkehrend, könnte eine Craniomandibuläre Dysfunktion, kurz CMD, vorliegen. Der CMD und dem Bruxismus widmet sich die Ausgabe 123 des Patientenratgebers.



Ihr Kiefer in guten Händen

„Der Zahnarztbesuch sollte nicht auf die lange Bank geschoben werden“, kann Dr. med. Thomas Breyer, Präsident der Landeszahnärztekammer Sachsen, den Betroffenen nur ans Herz legen. „Die Ursachen für eine CMD sind oft vielschichtig und müssen genau untersucht werden. Im Rahmen der Behandlung arbeiten wir auch mit Physiotherapeuten und Psychotherapeuten zusammen. Am wichtigsten ist die Mitarbeit der Patientinnen und Patienten, die sich im Alltag ihre Kiefergelenksaktivitäten immer wieder bewusst machen müssen“. Auch dazu gibt der neue ZahnRat Tipps. Häufiges Kaugummikauen wird beispielsweise nicht empfohlen.

Der achtseitige Patientenratgeber liegt ab sofort kostenfrei in den rund 2.400 sächsischen Zahnarztpraxen aus und ist im Internet als PDF zum Herunterladen verfügbar.

Weitere Informationen unter zahnrat.de, facebook.com/zahnrat.de oder instagram.com/zahn.rat/.

Ansprechpartnerin für diese Pressemitteilung:

Landeszahnärztekammer Sachsen
 Anne Hesse
 Telefon: 0351 8066-278
 E-Mail: izz.presse@lzk-sachsen.de

Hintergrund

Warten beim Zahnarzt macht klüger: Die Patientenzeitschrift ZahnRat wird gemeinsam von den Landeszahnärztekammern Brandenburg, Thüringen, Sachsen-Anhalt, Niedersachsen und Sachsen sowie der KZV Sachsen-Anhalt herausgegeben und liegt in diesen Bundesländern in allen Zahnarztpraxen in den Wartezimmern aus. Jede Ausgabe widmet sich intensiv einem anderen zahnmedizinischen Thema – damit Patientinnen und Patienten Bescheid wissen.

Landeszahnärztekammer
 Sachsen

Kassenzahnärztliche
 Vereinigung Sachsen

Körperschaften des
 öffentlichen Rechts

Schützenhöhe 11
 01099 Dresden

Informationszentrum
 Zahngesundheit

Öffentlichkeitsarbeit &
 Prävention

ANSPRECHPARTNERIN
 Anne Hesse

TELEFON
 0351 8066-278

TELEFAX
 0351 8066-279

E-MAIL
izz.presse@lzk-sachsen.de
 WEB
zahnärzte-in-sachsen.de

Datum:
 08.10.2025