

Maatschap Krimpenfort
Sumatralaan 19
1217 GP Hilversum
035-6246650

info@maatschapkrimpenfort.nl
www.maatschapkrimpenfort.nl

Kaakgewrichtsklachten

Problemen met de kaakgewrichten ontstaan door een combinatie van factoren, waarvan er bij behandeling één of meer aandacht zal krijgen.

Bekend verschijnsel van dergelijke problemen is dat ze meestal voorkomen bij vrouwen, meestal tussen 18 en 35 jarige leeftijd (wat uiteraard niet inhoudt dat bij mannen of andere leeftijdscategorieën deze klachten niet kunnen voorkomen) en nemen vaak toe in tijd van spanning, stress of grote drukte.

Symptomen

- Geluiden (knappen) van het gewricht.
- Pijn in gewricht, hoofd schouder of nek.
- Beperkte mondopening.

- “Op slot raken van de kaak” (kaak gaat niet meer dicht of schiet herhaaldelijk uit de kom).
 - Stijfheid van kauwspieren.
- Belangrijk om te weten is dat geluiden in het gewricht zonder andere symptomen tegenwoordig niet meer als **afwijking** gezien worden, en derhalve ook niet worden behandeld. Daar komt bij dat in de praktijk blijkt dat geluiden het moeilijkst te verhelpen zijn.

Oorzaken

1. Verkeerde stand van de onderkaak op de bovenkaak (De kiezen komen niet op de juiste manier op elkaar, of schuiven niet op de juiste manier over elkaar heen). Dit is eenvoudig te controleren.
2. Verkeerde manier van openen van de mond.
3. Overmatig of te krachtig knarsen.
4. Te veel ontbrekende kiezen, waardoor overbelasting ontstaat.

Behandelingen:

1. **Een verkeerde stand van de kaken** op elkaar zal in één of meerdere zittingen worden ingeslepen. Door de kaken zachtjes op elkaar te tikken –waarbij de kauwspieren volkomen ontspannen moeten zijn- worden de storende punten bepaald. Door deze iets te beslijpen zal de

stand van onder- en bovenkaak ten opzichte van elkaar worden hersteld. Een enkele keer lukt dat op deze manier niet (helemaal), en kunnen ingrijpender maatregelen nodig zijn. Een enkele keer zullen de kauwvlakken opnieuw moeten worden opgebouwd met kronen of kunststof. Soms is een beugel noodzakelijk, of een combinatie van bovenstaande maatregelen. Als dat van toepassing is zal daarover nader uitleg worden gegeven.

2. **Een verkeerd openingspatroon** ontstaat doorgaans door verkeerde gewoonten (vergelijk verkeerd staan, verkeerd tillen of lopen). Meestal is men zich daarvan niet bewust.

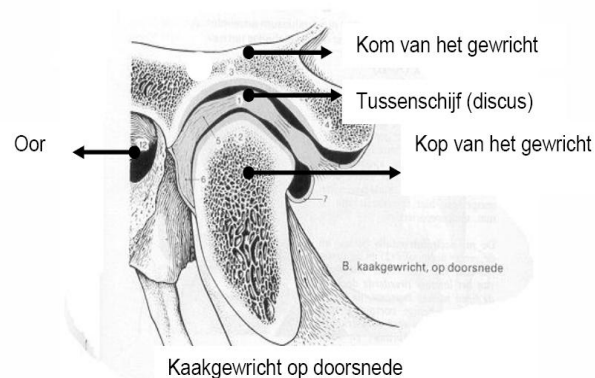
De openingsbeweging van de onderkaak verloopt in twee fasen. De eerste fase is een draaiing van de kop in de kom, de tweede fase een verschuiving van de kop naar voren. Bij de foutieve beweging waar we het hier over hebben vindt vanaf het begin een verschuiving naar voren plaats, zonder dat draaiing daaraan vooraf gaat. Het gevolg hiervan is vaak inklemming van de gewrichtstussenschijf (discus). Door dit laatste ontstaat soms pijn, meestal geluid (als de discus weer op zijn plaats schiet), en vaak spierspanningen door verkeerde belasting van de kauwspieren.

De behandeling (die bestaat uit oefeningen), is erop gericht de eerste fase weer te laten bestaan uit een draaiing. Door de tongpunt tegen de overgang hard / zacht verhemelte te plaatsen wordt de onderkaak in de meest achterwaartse positie gedwongen.

Vervolgens wordt de onderkaak (met de tongpunt op bovengenoemde plaats) enige millimeters geopend en weer gesloten. Het advies is dat dagelijks driemaal gedurende 3-5 minuten te doen. Door uw vinger in de gehoorgang te plaatsen en zacht naar voren te duwen voelt u het kaakkopje bewegen. De onderkaak mag **beslist niet verder worden geopend dan het punt waarop het kaakkopje naar voren wil**. Na ± een week zal worden gecontroleerd of u de oefeningen juist uitvoert, en zal u worden geïnstrueerd dezelfde oefeningen maar nu met tegendruk te gaan doen.

3. Bij **knarsen** wordt vaak een harde of zachte gebitsbeschermer vervaardigd die gedurende de nacht wordt gedragen. De bedoeling hiervan is dat de spieren minder ver kunnen worden aangespannen, en dus spieren en gewricht worden ontlast, bovendien wordt eventuele slijtage aan de tanden en kiezen tegengegaan.

4. **Ontbrekende kiezen** kunnen worden aangevuld met uitneembare of vaste constructies.



Tel.: 035-6246650

©J.C.H.Krimpenfort versie september 2013

Opbeltijden:

Ma t/m donderdag:

08:00u - 08:30u.

13:00u.- 13:30u.

17:00u - 18:00u.

Vrijdag:

08:00u. - 08:30u

12:00u - 13:00u.