



Friedrich W. Beitter
Zahnarzt

Hugenottenplatz 6 / Hauptstrasse18
91054 Erlangen

Tel.: 09131- 40 11 890
Fax: 09131- 40 11 8999
Mail: info@smile-with-us.de

Patienteninformation zur Schienentherapie

Liebe Patientin, lieber Patient,

bei Ihnen wurde eine schmerzhafte Veränderung im Bereich der Kiefergelenke festgestellt. Bereits im Beratungsgespräch wurden Sie darauf hingewiesen, dass eine Behandlung mit einer Therapie-Schiene zur Vermeidung weiterer Schäden unverzichtbar ist. Diese individuell an Ihre Mundsituation angepasste Schiene muss von Ihnen während der Behandlungsdauer jede Nacht getragen werden. Sie werden durch die Schienentherapie Veränderungen im Kiefergelenkbereich, aber auch bei den Zahnkontakten beim Zubeißen bemerken. Das hängt damit zusammen, dass Sie unbewusst eine Schonhaltung eingenommen haben, die Umbauprozesse im Kiefergelenk hervorgerufen hat. Dieser Umbau ist in einigen Fällen schmerzhaft. Durch die Schiene werden Ihre Kiefergelenke aus ihrer unnatürlichen Zwangshaltung in ihre natürliche Position zurückgeführt.

Für den Erfolg der Schienentherapie ist eine konsequente Überprüfung der Schiene in unsere Praxis notwendig. In den ersten zwei Wochen wird der Verlauf der Therapie zweimal pro Woche kontrolliert. Erfahrungsgemäß sind diese Termine sehr kurz (3-5 Minuten). Die darauf folgenden Wochen wird nur noch einmal pro Woche nachgesorgt.

Die Schiene ist jedoch nur die Hälfte der Behandlung. Nur durch Ihre Mithilfe können wir eine Verbesserung gewährleisten. Zu Hause oder während Ihrer Arbeit müssen Sie Übungen für Ihre Kiefergelenke durchführen. Diese Übungen sind sozusagen „Stretching“ fürs Kiefergelenk. Der veränderte und verkürzte Bandapparat der Gelenkkapsel wird gedehnt und gelockert.

Kiefergelenkübungen

Übung 1	Übung 2
Legen Sie Ihre Zungenspitze bei geschlossenem Mund möglichst weit nach hinten an den Gaumen. Öffnen Sie nun den Mund und lassen dabei die Zungenspitze am Gaumen. Dann wieder schließen.	Schieben Sie Ihren Unterkiefer bei geschlossenen Lippen aber nicht zusammengebissenen Zähnen möglichst weit nach vorne. Öffnen Sie nun den Mund. Dann wieder schließen.
3x 15 Wiederholungen jeweils 2-3x täglich	3x 15 Wiederholungen jeweils 2- 3x täglich



Friedrich W. Beitter
Zahnarzt

Hugenottenplatz 6 / Hauptstrasse18
91054 Erlangen

Tel.: 09131- 40 11 890
Fax: 09131- 40 11 8999
Mail: info@smile-with-us.de

Es können Begleittherapien notwendig werden, um die Therapie mit Erfolg beenden zu können. D.h., dass wir Ihnen eventuell physiotherapeutische Maßnahmen verschreiben oder Sie zur Abklärung etwaiger Wirbelsäulenbeteiligung zum Orthopäden und/oder Osteopathen weiter überweisen. Außerdem können wir mit unseren Lasergeräten zielgerichtet Schmerzen im Kiefergelenk- und Kaumuskelbereich lindern oder gänzlich nehmen.

Wenn Sie morgens die Schiene aus dem Mund nehmen, putzen Sie sie bitte gründlich mit Zahnbürste und Zahnpasta und legen sie tagsüber in einen Becher mit Wasser ohne Zusätze, da sonst der Kunststoff austrocknet und spröde wird.

Nach der Schienentherapie werden wir nochmals gemeinsam die Befundunterlagen besprechen, um mit Ihnen ein stabiles und gesundes Langzeitergebnis planen zu können. Es liegt uns viel an Ihrer Gesundheit und an der Langlebigkeit Ihrer eigenen und restaurierten Zähnen.

Falls Sie noch Fragen haben, wenden Sie sich bitte an uns.