



## DAS „CHAMÄLEON“ UNTER DEN KRANKHEITEN

Wer geht schon wegen Hüftproblemen zum Zahnarzt? Und welcher Arzt untersucht bei Rückenbeschwerden das Kiefergelenk? Die Cranio-mandibuläre Dysfunktion plagt Patienten auf vielfältige Weise und ist wegen ihrer chamäleonartigen Erscheinungsform auch eine Herausforderung für Ärzte und Therapeuten. Alexander Gruber hat auf Grund seiner Erfahrungen als Patient eine Selbsthilfegruppe in München gegründet und spricht sich in seinem PROFUND-Beitrag für co-therapeutische Netzwerke aus.

**D**ie drei Buchstaben „CMD“ sind in der Alltagswelt eine wenig bekannte Abkürzung und stehen für „cranium“ – Schädel, „mandibula“ – Unterkiefer und „Dysfunktion“ – Fehlfunktion, also für eine Cranio-mandibuläre-Dysfunktion. Man kann die Krankheit auch als Kiefergelenksdysfunktion mit Auswirkungen und Schmerzen auf den ganzen Körper bezeichnen. Mitglieder von Selbsthilfegruppen sprechen aber auch oft von der „Chamäleonkrankheit“, weil sie oftmals ihr Gesicht verändert und sich die Symptome an anderen Körperstellen zeigen.

Die Diagnose „CMD“ wird hierzu-lande nur selten gestellt, da die verschiedenen Symptome nur schwer zugeordnet werden können. Nach Schätzungen von ärztlichen Fachgesellschaften gibt es in Deutschland aber mehr als sieben Millionen Betroffene. Viele Patienten haben nicht

selten einen langwierigen und meist kostenintensiven „Ärzte- und Klinikmarathon“ hinter sich gebracht. Oftmals mit dem Ergebnis: „Ursache unbekannt, austherapiert.“

### Eigenes Erleben als Zugang zum Verständnis der Krankheit

Ich selbst erlitt im Jahr 2004 durch einen Kunstfehler eine Zahnstellungsveränderung im Oberkiefer. Seither habe ich bei den Seitenzähnen beidseitig keinen Zahnkontakt mehr. Damit in Verbindung stehen – nach ärztlicher Aussage – Symptome wie Kieferschmerzen, Kopfschmerzen, Migräne, Tinnitus, Verdauungsprobleme, Gedächtnisprobleme, dauernde Müdigkeit. Mein ganzes Leben hat sich durch die Kiefergelenksproblematik verändert. Niemand kann es sich vorstellen, wie sich die Krankheit „anfühlt“. Dies berichten auch andere Betroffene und versuchen, ihrem Umfeld das eigene Er-

leben zum besseren Verständnis der Krankheit zu vermitteln – was meist zwecklos ist.

### Eine interdisziplinäre Herangehensweise ist sicherlich sinnvoll

Mitglieder unserer Selbsthilfegruppe klagen häufig darüber, dass ihre Symptome zu keiner Diagnose der Krankheitsursache führen. Oftmals sind sich die untersuchenden Ärzte aus verschiedenen Gründen über die Auswirkungen der Krankheit nicht im Klaren. Meistens untersucht bei Wirbelsäulenschmerzen ein Orthopäde und sieht das Problem HWS, LWS-Syndrom und Hüftbeschwerden für sich isoliert. Oder ein Neurologe sucht die Ursache für eine Migräne in Durchblutungsstörungen usw.

Meiner Erfahrung nach kann für die CMD am besten bei interdisziplinärer Herangehensweise (Zahn-



arzt, Kieferorthopäde und Spezialist für Kiefer-Funktions-Analyse gemeinsam mit einem Orthopäden, Neurologen und schmerztherapeutischen Arzt) eine vollständige Diagnose gestellt und eine tatsächliche, ganzheitliche Therapie eingeleitet werden.

Dafür müsste aber der sowieso schon angeschlagene Patient verschiedene Ärzte aufsuchen und diese sozusagen koordinieren, was ihn erfahrungsgemäß überfordert. Nicht zuletzt dieser Umstand hat deutschlandweit zur Gründung von CMD-Selbsthilfegruppen geführt. Diese wollen die durch den jahrelangen Krankheitsverlauf oft hoffnungslosen

Patienten entlasten und einen intensiven Informationsaustausch untereinander ermöglichen. Auch in den angeschlossenen Internetforen werden persönliche Krankheitsverläufe, Leidenswege und Besserungen beschrieben.

### Selbsthilfegruppe CMD im Münchner Selbsthilfzentrum

Die SHG „Kiefergelenks-Dysfunktion“ (SHG-CMD) im Selbsthilfzentrum München wurde im April 2010 ins Leben gerufen und hat es sich zur Aufgabe gemacht, neben der Unterstützung der Patienten auch Ärzten, Krankenkassen und Politik aus der praktischen Lebens- und

Leidenssituation heraus einen Eindruck von der Krankheit zu vermitteln. Wir treffen uns in regelmäßigen Abständen, diskutieren fachbezogene Themen, initiieren Vorträge und stellen auch Adresslisten von Ärzten und Therapeuten zur Verfügung. Die Selbsthilfegruppe soll jedoch kein Ersatz für ärztliche oder therapeutische Beratung sein und ist auch nicht geeignet für Menschen in akuten Krisen und mit schwerwiegenden Problemen.

*Alexander Gruber*

### Übersicht über mögliche Auswirkungen der CMD:

- chronische Kopfschmerzen (mehr als einmal in der Woche)
- einseitige Kopfschmerzen/Migräneattacken
- ständige Erschöpfung (auch ohne Sauerstoffmangel)
- Schwindel, Gleichgewichtsstörungen
- Ohrgeräusche, Tinnitus
- wiederkehrende, therapieresistente Schulter-, Rücken-, Nackenschmerzen
- Knacken des Kiefergelenks
- eingeschränkte Mundöffnung
- unklare Bisslage der Zähne/Zahn stört beim Schließen
- nächtliches Pressen oder Knirschen der Zähne
- kaudruckempfindliche Zähne
- Zahnschmerzen, für die es keine sinnvolle Erklärung gibt
- Schmerzen in der Zunge, Zungenbrennen
- Zahnwanderung/Zahnlockerung
- keilförmige Defekte (Zahnfleisch geht zurück)

### Selbsthilfzentrum (SHZ) München – Kontakt- und Beratungsstelle

Telefon 0 89 / 53 29 56 – 11  
 Fax 0 89 / 53 29 56 – 41  
 E-Mail [info@shz-muenchen.de](mailto:info@shz-muenchen.de)  
 Internet [www.shz-muenchen.de](http://www.shz-muenchen.de)

Westendstraße 68  
 80339 München

#### Hinweis:

Bitte geben Sie auf der Website des SHZ in der Suchmaske „Kiefergelenk-Dysfunktionen“ ein. Sie können auch einfach eine E-Mail an [guteloesungfuerkieferprobleme@gmx.de](mailto:guteloesungfuerkieferprobleme@gmx.de) senden.

#### Ansprechpartner:

Alexander Gruber