

# Vom Kopf zum Fuß

## Ganzheitliche Schmerztherapie auf neuen Wegen

*Die Ursachen für Schmerzen in Schulter, Nacken, Kopf und Kiefer können in den Füßen liegen und andersherum. Zu diesem Schluss kommen immer mehr Experten. Zahnmediziner, Kieferorthopäden und Orthopäden arbeiten deshalb zunehmend zusammen, um Patienten von ihren Schmerzen zu befreien – mit deutlichem Erfolg.*



**W**olfgang P. hat wiederkehrende Schmerzen. Zahnschmerzen, Kopf-, Kiefer- und Nervenschmerzen im Gesichtsbereich wechseln sich ab mit Nacken- und Schulterschmerzen. Dazu kommt noch ein Summen und Pfeifen im Ohr. Schon seit Jahren rennt Wolfgang P. von einem Spezialisten zum anderen. Keiner findet die Ursache. Der Zahnarzt hat einige Löcher repariert und ihm eine Schiene gegen das nächtliche Zähneknirschen verordnet, der Neurologe verschreibt ihm spezielle Tabletten, die aber nur kurzzeitig helfen. Der Hausarzt rät zu mehr Bewegung. Doch nichts hilft. Schließlich empfiehlt ihm sein Zahnarzt einen Besuch beim Orthopäden. Schaden kann es nicht, denkt Wolfgang P. und vereinbart einen Termin. Dessen Diagnose ist überraschend: eine Craniomandibuläre Dysfunktion (CMD) ausgelöst durch eine Fehlstellung der Fußknochen, sowie Senk- und Spreizfüße.

### Falscher Biss mit fatalen Folgen

Beschwerden am Fuß sollen zu Kopf- und Zahnschmerzen führen? Das kann ja wohl nicht wahr sein, denkt sich Wolfgang. Doch er ist kein Einzelfall: Experten schätzen, dass bis zu zwei Drittel der Bevölkerung unter Symptomen einer Craniomandibulären Dysfunktion (CMD) leiden, einer Fehlstellung von Schädel (Cranium) und

*Sensomotorische Einlagen, wie beispielsweise MedReflexx-Einlagen, bewähren sich nicht nur bei Fußproblemen. Sie sind inzwischen ein wichtiger Baustein in der Schmerztherapie des gesamten Bewegungsapparates.*

Unterkiefer (Mandibula). Die Ursachen dafür sind unterschiedlich. Häufig liegen sie in einer fehlenden oder falschen zahnmedizinischen Behandlung. „Wenn die Bisshöhe zu hoch oder zu niedrig ist, Zähne fehlen oder gekippt sind oder der Zahnersatz bröckelt, kann dies zu Fehlbisslagen führen“, sagt Prof. Dr. Erich Würhr, Zahnarzt im oberpfälzischen Bad Kötzing. Würhr rät Menschen mit Problemen wie Wolfgang P. daher dazu, den eigenen „Biss“ beim Zahnarzt genau untersuchen zu lassen. Eine Kunststoff-Aufbisschiene etwa hilft manchmal, einen bestehenden Fehlbiss zu korrigieren. Auch besondere Übungen zur Kräftigung oder Dehnung der Kaumuskulatur, physikalische Therapie beim Physiotherapeuten oder eine Cranio-Sakral-Therapie können Linderung verschaffen.

### Wie sich Fußfehlstellungen auswirken

In anderen Fällen – wie bei Wolfgang – ist bei den Zähnen aber alles in Ordnung. Dann liegt das Problem oft an ganz anderer Stelle im Körper, dort, wo man es auf den ersten Blick gar nicht vermutet. „Die Muskeln und Gelenke des Menschen hängen alle zusammen“, sagt der Kieferorthopäde Dr. Hubertus von Treuenfels von der Gesellschaft für ganzheitliche Zahnmedizin (GZM). „Stimmt an einer Stelle etwas nicht, kann dies Auswirkungen auf das gesamte Muskel- und Skelettsystem haben – und Probleme in ganz anderen Körperregionen bereiten.“ Ist etwa ein Bein durch einen Senk- oder Plattfuß im Vergleich zum anderen etwas länger, kommt es häufig zu einem Beckenschiefstand, der wiederum eine Krümmung der

Wirbelsäule bis hinauf zu den Halswirbeln und schließlich Verspannungen der Kaumuskulatur und Schiefstellungen des Kiefers verursachen kann: Durch die falsche Position des Fußes verschiebt sich so das ganze Muskel- und Skelettsystem. Es ist ein bisschen wie bei einer Marionette – zieht man an einem Bein, senken sich auch Arm, Schulter und schließlich über den Unterkiefer als oberste Extremität der ganze Kopf. Das Ganze funktioniert auch andersherum. Probleme am Kiefer wirken sich zuweilen über die Wirbelsäule bis hinunter zum Fuß aus.

### Der Mensch – eine Einheit von Kopf bis Fuß

Doch woher kommen Wolfgang P.'s Kopfschmerzen und die Ohrengeräusche? Auch hier hängt im Körper einiges zusammen, das man auf den ersten Blick nicht zusammenbringt. Als oberste Steuerungszentrale aller Körperfunktionen erhält das Gehirn regelmäßig Informationen über den Zustand der Muskeln und die Stellung des Körpers im Raum und bringt Muskeln und Gelenke in eine passende und harmonische Position. Um die Informationen an das Gehirn weiterleiten zu können, sind Muskeln und Gelenke über Nervenbahnen direkt mit dem Gehirn verschaltet. Ein wichtiger Nerv etwa ist der Trigeminus-Nerv im Gesicht, der vom Kiefer über Ohren und Augen bis hinauf ins Gehirn reicht. Kommt es zu einer etwa durch eine Fußfehlstellung ausgelösten Kieferfehlstellung, kann dies daher auch Kopfschmerzen und Ohrengeräusche bis hin zum Tinnitus auslösen. „Das System kann einigle Fehlstellungen oder -haltungen oder



Verspannungen ausgleichen. Kommen aber mehrere zusammen, dann erschöpfen sich die Kompensationsmöglichkeiten – dann ist das Fass sozusagen voll. Und dann können Schmerzen auch an ganz anderer Stelle auftreten als dort, wo die Ursache liegt“, erläutert von Treuenfels den Zusammenhang.

### Experten müssen zusammenarbeiten

Für Ärzte kann es daher eine fast detektivische Aufgabe sein, die tieferen Ursachen für Schmerzen zu finden und

zu beseitigen. Über spezielle Verfahren wie die dynamische Bewegungsanalyse, eine 3-D-lichtoptische Vermessung der Körperoberfläche oder eine Wirbelsäulenvermessung per Ultraschall können Orthopäden heute Fehlhaltungen und -stellungen der Wirbelsäule feststellen. Dazu müssen die einzelnen Spezialisten allerdings erst auf die Idee kommen, das Problem an der Wirbelsäule oder am Fuß zu suchen, und nicht im Gesichtsbereich. Und sie müssen untereinander zusammenarbeiten. „Wir müssen endlich den ganzen Menschen im Fokus haben“, sagt Dr. Martina Götz, Vizepräsidentin der Gesellschaft für Haltungs- und Bewegungsforschung (GHBF), die in engem Austausch etwa mit ganzheitlich orientierten Zahnärzten und Kieferorthopäden wie von Treuenfels steht.

Bei Wolfgang P. hat diese Zusammenarbeit schließlich gut funktioniert, und sein Orthopäde hat das Problem richtig erkannt. Um Wolfgang's Fehlstellung an den Füßen auszugleichen, hat der Orthopäde ihm sensomotorische Einlagen von Medreflexx verschrieben, die die Fußmuskeln stimulieren und das Fußgewölbe stabilisieren. Sie sind genau auf seine Probleme abgestimmt. Der Erfolg hat dem Spezialisten recht gegeben: Schon nach wenigen Wochen fühlte sich Wolfgang besser. Heute hat Wolfgang P. keine Schmerzen mehr – weder in Nacken und Schulter noch in Kopf oder Kiefer. Und auch die Ohrgeräusche gehören der Vergangenheit an.

*von Astrid Berger*