

# Kopfschmerz, Migräne, Nackenschmerzen

Wie kann die moderne Medizin Patienten helfen?

Bericht eines Zahnarztes.

## Sehr geehrte Interessentin, sehr geehrter Interessent,

### In diesem Report werden Sie herausfinden...

- Was Ihre Kopfschmerzen, Nackenschmerz oder Migräne unter Umständen verursacht und wie man diese beenden kann
- Ob Sie ein Kandidat für eine Behandlung ohne Medikamente oder operative Eingriffe sind
- Warum Medikamente Ihre Beschwerden unter Umständen noch verschlimmern können
- Was die grössten Missverständnisse bezüglich Behandlung von Kopfschmerzen sind

Mein Name ist Dr. Stieve und ich praktiziere seit über 30 Jahren in Rendsburg. Obwohl ich Zahnarzt bin, kommen eine grosse Zahl meiner Patienten wegen Kopfschmerzen zu mir in die Behandlung, da ich schon vielen Menschen wegen ihrer Kopfschmerzen, Migräne oder Nackenschmerzen helfen konnte.

In meiner langjährigen Praxis musste ich feststellen, dass bei den Menschen häufig Unkenntnis über die Möglichkeiten der modernen Medizin herrscht. Ich habe deshalb diesen Bericht zusammengestellt, um Ihnen einen Einblick über Zusammenhänge zu verschaffen, von denen viele nichts wissen. Ausserdem soll Ihnen dieser Bericht zeigen, dass Sie möglicherweise zu denen gehören, deren zum Teil schon sehr lange dauernde Schmerzen wir schnell und nachhaltig beseitigen können.

Viele meiner Kopfschmerzpatienten hatten bereits einen langen Leidensweg hinter sich und waren der Meinung, dass sie wohl mit ihren Schmerzen leben müssten. Nach etlichen fehlgeschlagenen Therapieversuchen fühlten sie sich hilflos und alleingelassen. Dies müsste nicht sein, denn es gibt Möglichkeiten, hier zu helfen. Typischerweise sind bei den meisten unserer Kopfschmerzpatienten die Schmerzen nach 3-4 Behandlungssitzungen stark reduziert oder ganz verschwunden.

Viele Menschen fragen sich: „Was ist die Ursache für meine Schmerzen?“ und „Wie kann das Problem gelöst werden?“ Einige stellen sich diese Frage rechtzeitig genug, aber die nächste Frage ist dann: Kann dies ein Zahnproblem sein? Das kann es tatsächlich. Eine große Zahl von Fällen, die mit Kopfschmerzen, Muskelkrämpfen, Nackenschmerzen, Kiefergelenkbeschwerden und Gesichtsschmerzen einhergehen, sind schwerpunktmässig ein Zahn- oder Kieferproblem. Statistisch gesehen haben zwei von zehn Erwachsenen ein Problem mit dem Kiefer oder dem Biss und einer von zehn sollte deswegen dringend behandelt werden.

## Patienteninformation **Kopfschmerz, Migräne, Nackenschmerzen (2)**

Mediziner und Zahnmediziner sind sich in zunehmendem Maße darüber bewusst, dass es eine sehr enge Beziehung zwischen einem korrekten Biß und den Muskeln und Nerven des Kiefergelenkes gibt. Um im Kausystem vollkommene Harmonie und Stabilität zu erreichen, ist eine sehr empfindliche und reproduzierbare Balance aller beteiligten Strukturen erforderlich. Bevor ich Ihnen mehr über CMD (Cranio-Mandibuläre-Dysfunktion) erzähle und darüber, wie Sie Kopfschmerzen, Migräne und Nackenschmerz schnell und möglicherweise dauerhaft besiegen können und wenn Sie innerhalb einer kurzen Zeit wieder ein „normales“ schmerzfreies Leben leben wollen, dann sollten Sie sich zunächst über die 5 häufigsten Missverständnisse im Klaren sein.

### **Die häufigsten Missverständnisse in Bezug auf Kopfschmerzen, Migräne und Nackenschmerzen:**

- 1. „Kopfschmerzlindernde Tabletten behandeln die tatsächliche Ursache des Kopfschmerzes“.** Kopfschmerzlindernde Tabletten behandeln die tatsächliche Ursache des Kopfschmerzes NICHT. Diese Tabletten verdecken Ihren Kopfschmerz, ohne die Ursachen zu behandeln. Bei nachlassender Tablettenwirkung kommt der Schmerz zurück. In dem Maße, in dem die Kopfschmerzen zunehmen, werden mehr Tabletten eingenommen.
- 2. „Kopfschmerztabletten schaden nicht“.** Es ist eine Tatsache, dass jede Schmerz-Tablette Nebenwirkungen hat. Der Weg, über den die Schmerztabletten verhindern, dass Ihr Körper die Kopfschmerzen fühlt, führt über Botenstoffe zu Ihrem Gehirn. Nur sind diese Botenstoffe auch für andere Funktionen zuständig. Dies kann zu allen möglichen Problemen führen. Nebenwirkungen können z. B. sein: Leber- oder Nierenprobleme oder Blutungen. Und diese Nebenwirkungen nehmen in ihrer Stärke zu, je häufiger sie Tabletten einnehmen.
- 3. „Angst, Stress und Gefühle verursachen meine Kopfschmerzen“.** Tatsächlich könnten Sie zu den Menschen gehören, die oft unter Stress stehen oder die sich alles zu Herzen nehmen. Aber mit Stress und mit normalen Gefühlen zu leben ist Teil des Lebens. Dies jedoch kann nicht der Grund für Migräne, Gesichts- und/oder Kopfschmerz sein. Möglicherweise verursachen Ihre Kopfschmerzen Stress und dadurch werden diese schlimmer und schlimmer.
- 4. „Kopfschmerzen verschwinden schon von alleine“.** „Ich bin stark, ich halte das aus“ mögen Sie sich sagen. Jede Nacht, wenn Sie zu Bett gehen, hoffen und wünschen Sie, dass sich etwas ändert. Es ist jedoch unklug zu glauben, dass sich etwas ändert, wenn Sie selbst nichts ändern. Wenn Sie wirklich Ihre Schmerzen loswerden wollen, dann sollten Sie etwas unternehmen! Was ich Ihnen empfehle ist, sich nach einer Behandlung umzusehen, die nachweisbar in vielen Fällen wirkt und die die Ursache und nicht die Symptome behandelt. Sicher hätten Sie diesen Bericht nicht angefordert, wenn Sie sich nicht Gedanken über Ihre Kopfschmerzen machen würden. Tun Sie sich selbst den Gefallen und lesen Sie weiter. Sie werden möglicherweise in diesem Bericht den Grund Ihrer Kopfschmerzen erfahren.

Patienteninformation **Kopfschmerz, Migräne,  
Nackenschmerzen (3)**

**5. „Das Problem ist da, wo der Schmerz sitzt“.** Selbst wenn Sie Ihre Schmerzen in der Kieferhöhle, im Gesicht, auf dem Kopf, im Nacken oder sonst wo fühlen, bedeutet das nicht notwendigerweise, dass dort die Ursache des Schmerzes lokalisiert ist. Eine der häufigen Ursachen für Kopfschmerz ist die CMD. Für eine grosse Anzahl von Patienten mit den o.g. Schmerzen dreht sich das Problem und dessen Lösung um das höchstkomplizierte und komplexe Gelenk im Körper, dem Kiefergelenk. Erkrankungen dieses Gelenkes werden als Craniomandibuläre Dysfunktion (CMD) bezeichnet. Tatsächlich handelt es sich nicht um eine „Erkrankung“, sondern um das gleichzeitige Auftreten einer Reihe von Problemen mit Bezug zu Gelenk, Kiefer, Nerven und Muskeln. Lange Zeit wurde dieser Umstand als Quelle möglicher Probleme verkannt. Mit der Technologie des 21. Jahrhunderts und einem gewachsenen Verständnis über die Zusammenhänge können **Zahnärzte mit spezieller Ausbildung in Funktionstherapie** eine große Anzahl dieser Fälle diagnostizieren und **erfolgreich behandeln**. Wenn eine CMD-Erkrankung diagnostiziert wurde, können in einer Vielzahl der Fälle vorhersagbare Langzeiterfolge erreicht werden.

**Möglicherweise haben Sie Symptome einer CMD, wenn Sie bei einer oder mehrerer der folgenden Fragen mit „Ja“ antworten**

**1. Haben Sie jemals ein knackendes oder klickendes Geräusch im Kiefergelenk?**

**Mögliche Ursache:** Fehlbelastung des Kiefergelenkes

**2. Hören Sie mahlende oder reibende Geräusche?**

**Mögliche Ursache:** Fehlbelastung oder Abnutzung im Kiefergelenk

**3. Haben Sie jemals Kopf- oder Nackenschmerzen bzw. Migräne?**

**Mögliche Ursache:** Verspannte Muskulatur durch Ausgleichshaltung

**4. Ist Ihnen manchmal schwindelig?**

**Mögliche Ursache:** verminderte Durchblutung wegen verspannter Muskulatur

**5. Haben Sie manchmal Ohrschmerzen oder hören Sie ein Geräusch im Ohr?**

**Mögliche Ursache:** Nähe des fehlbelasteten Kiefergelenkes zum Ohr

**6. Haben Sie manchmal sehr heiss/kalt empfindliche Zähne?**

**Mögliche Ursache:** Fehlbelastung der Zähne

**7. Haben Sie manchmal stärkere oder starke Schmerzen im Kopfbereich, in den Kiefern, im Nacken oder im Gesicht?**

**Mögliche Ursache:** dauernde Fehlbelastung und Pressen mit den Zähnen

## Patienteninformation **Kopfschmerz, Migräne, Nackenschmerzen (4)**

Wenn Sie bei wenigstens einer Frage mit “Ja” geantwortet haben, können Ihre Beschwerden von einem verdeckten Problem in Ihrem Kieferbereich stammen. Aber es gibt gute Nachrichten: Es gibt eine wissenschaftlich abgesicherte Behandlungsmethode ohne Medikamente oder chirurgische Eingriffe, die Ihnen helfen kann.

### **Sie werden sich fragen, was diese Behandlung ist?**

Studien haben gezeigt, dass die CMD am besten und schnellsten mit einer **angst- und schmerzfreien Behandlung** bei Ihrem Zahnarzt durch eine **Funktionsanalyse und Funktionstherapie** behandelt werden kann.

Wenn Sie wissen wollen, ob Sie unter einer CMD leiden, lassen Sie einen Funktions-Schnelltest bei Ihrem Zahnarzt machen. Es ist in Ihrem eigenen, besten Interesse, dies möglichst schnell abklären zu lassen. Je früher eine CMD entdeckt und behandelt wird, umso besser sind die Aussichten, sie komplett zu heilen. Auch in den Fällen, wo den Beschwerden eine echte Migräne zu Grunde liegt, kann eine Funktionstherapie Linderung verschaffen.

Allerdings gibt es auch Gründe für Kopfschmerzen, die nicht auf die äusserst präzise Funktionstherapie ansprechen wie z.B. hoher Blutdruck, niedriger Blutzucker, hormonelle Veränderungen, Alkohol-Abusus oder primär orthopädische Probleme. Diese sind aber relativ selten im Vergleich zur CMD, welche durch Fehlbelastung und Fehlfunktion der Kiefergelenke oder einzelner Zähne oder Zahngruppen verursacht wird.

**Die meisten Menschen, die von den Möglichkeiten der Funktionstherapie erfahren haben, möchten wissen: Wie finde ich einen Zahnarzt, der in der Therapie der CMD ausgebildet ist?**

**Hier ist mein Rat, Ihrem Zahnarzt die folgenden Fragen zu stellen:**

#### **1. “Behandeln Sie auch Kopfschmerzen?”**

Einige Zahnärzte sind nicht speziell auf die Behandlung von Kopfschmerzen eingerichtet und wollen dies auch nicht. Fragen Sie also Ihren Zahnarzt, ob er auch Kopfschmerzen behandelt, die von einer CMD ausgelöst werden

#### **2. “Röntgen sie digital und machen digitale Aufzeichnungen von Kiefergelenks-Bewegungen?”**

Rufen Sie bei Ihrem Zahnarzt an und fragen dort nach digitalem Röntgen und Computer-Axiographie. Sie sollten auf einer möglichst umfassenden klinischen und instrumentellen Befunderfassung bestehen und sich den Ablauf der möglichen Untersuchung und der Behandlung genau erklären lassen. Einige Zahnärzte machen diese Untersuchungen nicht und möchten diejenigen Patienten lieber überweisen.

#### **3. “Können Sie Zahlungsvereinbarungen treffen?”**

Immer mehr hochwertige Leistungen im Gesundheitswesen werden nicht oder nicht mehr in vollem Umfang von der gesetzlichen Versicherung getragen. Deshalb ist es oft wichtig, dass die Möglichkeit von Zahlungsvereinbarungen schnell und unbürokratisch angeboten werden kann.

## Patienteninformation **Kopfschmerz, Migräne, Nackenschmerzen (5)**

Sie können gerne hier im Laserzentrum Zahnheilkunde Rendsburg Dr. Stieve, Lancasterstr. 42, Tel. 04331 5205 anrufen, um sich einen Termin zum kostenlosen\* „Quick-Check“ (Voruntersuchung) geben zu lassen. Wir behandeln Kopfschmerzen, wir untersuchen Sie gründlich und wir benutzen u.A. die digitale Bewegungsaufzeichnung (Axiographie) des Kiefergelenks und bieten bei Bedarf auch unbürokratisch Zahlungsvereinbarungen an.

### **Ihre kostenlose\* Kopfschmerz-Voruntersuchung enthält folgendes:**

**1. Kopfschmerz-Anamnese** – Ich habe eine Liste von spezifischen Fragen, die uns helfen werden, die Ursachen Ihrer Kopfschmerzen herauszufinden. Dies gibt mir gleichzeitig die Gelegenheit, die Zusammenhänge genau zu verstehen und herauszufinden, was Sie bezüglich Ihrer Kopfschmerzen bisher erlebt haben.

**2. Untersuchung** – neben der typischen Untersuchung werden wir mit einer speziellen Lupenbrille alle relevanten zahnbezogenen Befunde erfassen und einige andere Dinge wie die Kaumuskulatur untersuchen.

**3. Intraorale digitale Bilder** – mit dieser Technik können wir bestimmte Zustände der Zähne und des Kiefers am besten untersuchen und dokumentieren. Sie erhalten einen kostenlosen Farbausdruck Ihrer Bilder und ggf. einen Ausdruck Ihres digitalen Röntgenbildes zum Mitnehmen.

**Alle Untersuchungen sind nicht-invasiv und vollkommen schmerzfrei.** Sie geben uns schon ein sehr genaues Bild über die möglichen Ursachen Ihrer Schmerzen und ob Sie für eine Funktionsdiagnostik in Frage kommen.

\* für gesetzlich Versicherte: aus rechtlichen Gründen bringen Sie bitte Ihre Krankenversicherungskarte mit – Danke.  
Reservieren Sie heute Ihre kostenlose\* Kopfschmerz-Voruntersuchung.

**Wir freuen uns, wenn wir Ihnen helfen können!**

**Mit freundlichen Grüßen**

**Dr. Hubert Stieve**

**Laserzentrum Zahnheilkunde Rendsburg**

P.S. – Nachdem Sie bei uns waren und ich Ihre Schmerzen beurteilt habe, werde ich Ihnen sagen, ob wir Ihnen helfen können und was es voraussichtlich kosten wird. Dann können Sie in aller Ruhe zu Hause darüber nachdenken.