

# Migräne und Kopfweg – Linderung kommt vom Zahnarzt

Eine kleine, einfache und geniale Kunststoffschiene zwischen den Frontzähnen nutzt den äusserst empfindlichen Schutzreflex der unteren und oberen Frontzähne und sorgt damit in der Zahnmedizin für Aufsehen. Die nachts getragene NTI-tss Aufbisschiene reduziert die Kräfte des Knirschens und Pressens der Zähne und wirkt so Kiefergelenksproblemen, verspannten Nackenmuskeln, Spannungskopfweg und Migräne entgegen.

Durch das Fachseminar zum Thema «Myoarthropathien und Bruxismus in Verbindung mit der NTI-tss Aufbisschiene» mit Prof. Regina Meriscke-Stern, Dr. Isabelle Windecker und Dr. Arwed Boitel, das kürzlich an der Klinik für zahnärztliche Prothetik in Bern durchgeführt wurde, fand die Thematik der wirkungsvollen Aufbisschienen-Therapie erstmals Einzug in den Vorlesungssaal einer Schweizer Universität – eine neue, einfache Methode in der Schweizer Zahnmedizin unter anderem in der Behandlung medizinisch diagnostizierter Migräne, Spannungskopfschmerzen und Kiefergelenksbeschwerden.

## Zähneknirschen und -pressen

Jedes Jahr suchen 5 Prozent der Bevölkerung professionelle Hilfe wegen Schmerzen im Kiefer, im Gesichts- und Kopfbereich oder bei Störungen der Kaufunktion – mehrheitlich bei ihrem Zahnarzt. Für die entsprechende Therapie werden einfache, konservative und reversible Modalitäten verwendet. Bei der grossen Mehrheit der Patienten führt dies zu einem zufrieden stellenden Ergebnis. Bei einigen Patienten jedoch verharren die Symptome, und die Beschwerden entwickeln sich hin zu einem komplexen Krankheitsbild, das einer weiteren zahnärztlichen und ärztlichen Abklärung bedarf.

Das unbewusste Zusammenpressen und -reiben der Zähne ohne bestimmte Funktion, Bruxismus genannt, kann verschiedene Probleme verursachen: Kopf- und Nackenschmerzen, Schmerzen bei sonst gesunden Zähnen, Abnutzung der Frontzähne, Frakturen von Zähnen oder Füllungen. Rund ein Drittel aller Erwachsenen sind davon betroffen. In der Regel geschieht das Parafunktionieren während der Nacht, es kann aber auch unbewusst tagsüber ablaufen. Es scheint, dass Bruxismus vom Zentralnervensystem aus gesteuert wird.

## Eine Erfolgsgeschichte

Das Fehlen objektiver Beweise für die Ursache von Spannungskopfschmerzen und Migräne hat bis heute eine akzeptable Prävention verhindert. Die verschriebenen Medikamente haben leider nur eine Wirkung bei 55 Prozent aller Patienten. Zudem ertragen viele die Nebenwirkungen nicht. Die am häufigsten verschriebenen Medikamente bieten keine sichere Schmerzlinderung.

Eine mögliche Ursache für Spannungskopfweg und Migräne liegt in der Hyperaktivität der Kaumuskeln während der Nacht, vor allem des Schläfenmuskels. So zeigen etwa die Schläfenmuskeln betroffener Personen einen bis zu 14-mal höheren Aktivitätsgrad. Vor über 15 Jahren wurde in den USA eine besondere Aufbisschiene entwickelt – die NTI-tss. Klinische Studien haben unter anderem belegt, dass 82 Prozent der NTI-tss-Patienten im Durchschnitt 77 Prozent weniger Migräne entwickelten. In der Vergleichsgruppe mit einer konventionellen Schiene verzeichneten 27 Prozent der Patienten eine Zunahme der Migräne-Häufigkeit. Die Wirkung

von Aufbisschienen liess sich dabei mit jener von Medikamenten vergleichen – allerdings zeigten sich keinerlei Nebenwirkungen. Nach der entsprechenden Zulassung durch die amerikanische Gesundheitsbehörde FDA findet die Aufbisschiene heute vermehrt auch den Weg in Schweizer Zahnarztpraxen.

## Der Self-Test mit dem Bleistift

Den beschriebenen Schutzmechanismus können Sie durch einen einfachen Test selbst erfahren. Beissen Sie im Seitenzahnbereich auf einen Bleistift. Sie werden starke Zahneindrücke auf dem Bleistift feststellen. Wenn Sie den Bleistift zwischen den oberen und unteren Schneidezähnen halten und mit voller Kraft zubeissen, sind die Eindrücke viel schwächer. Halten Sie gleichzeitig die Finger auf den musculus temporalis (Schläfe) und Sie werden die geringere Kontraktion fühlen.



## Einfaches Wirkprinzip

Die NTI-tss aktiviert den Trigemini-Nerv und vermindert dadurch etwelche Verspannungen. Das Wirkprinzip ist einfach: Rezeptoren melden den Kaumus-

keln einen zu starken Druck auf die Zähne, damit sich diese entspannen. Die unteren Frontzähne haben diesbezüglich die niedrigste Reizschwelle. Die NTI-tss Schiene, die nur Kontakt mit den Frontzähnen erlaubt und nur des Nachts getragen wird, reduziert die Intensität der Muskelkontraktion auf rund einen Drittel.

Sie ist klein, angenehm zu tragen und wird vom Zahnarzt in lediglich einer Sitzung hergestellt. Patienten können sofort mit der Behandlung zu Hause beginnen, eine Nachkontrolle ist eine Woche später erforderlich. Nach rund drei Nächten haben sich die Patientinnen und Patienten an das Schlafen mit der Schiene gewöhnt. Andere Schienen hingegen erlauben den Backenzähnen weiterhin ein starkes Zusammenbeissen, die Kaumuskeln können sich dadurch nicht entspannen – die gewünschte Wirkung kann dadurch entfallen. Die NTI-tss Schienen-Methode ist also einfach, kostengünstig und wirkungsvoll.

## Durch KVG gedeckt

Zahnärztliche Schienentherapien sind ärztliche Behandlungen, die zur Heilung von Myoarthropathien, Bruxismus mit Schädigung des Zahnhalteapparates, Versteifung der Kaumuskulatur, Spannungskopfschmerzen oder Migräne dienen. Eine zahnärztliche Schienentherapie wird zum Teil, je nach Art des Befundes und Schweregrades, als ärztliche Massnahme eingestuft, wenn die allgemeine therapeutische Zielsetzung dies erfordert. Die Rückerstattung der Therapie mittels NTI-tss durch die Krankenversicherung kann mit einem zahnärztlichen Therapievorschlag über das KVG beantragt werden.

URS TIEFENAUER-HÜRBIN