



## **CMD - Craniomandibuläre Dysfunktion**

(Fehlregulation der Muskel- und Gelenkfunktion der Kiefergelenke)

### **Selbsttest- Fragebogen CMD**

Leiden Sie öfter unter Kopfschmerzen und/oder Migräne?

Pressen und knirschen Sie mit den Zähnen?

Haben Sie verkürzte Zähne? Wirken die Zahnflächen wie abgeschliffen?

Haben Sie empfindliche Zahnhälse?

Haben Sie das Gefühl, Ihr Biss „stimmt“ nicht?

Haben Sie Gesichtsschmerzen oder Schmerzen am Kiefer oder Kiefergelenk?

Knackt und knirscht Ihr Kiefer?

Sind die rechte und linke Wange unterschiedlich kräftig ausgebildet?

Ist Ihre Mundöffnung manchmal/immer eingeschränkt?

(Test: passen bei geöffnetem Mund Mittel- und Zeigefinger übereinandergelegt quer zwischen Unter- und Oberkieferzähne?)

Ist Ihre Beweglichkeit im Unterkiefer eingeschränkt?

Haben Sie das Gefühl, Ihr Unterkiefer „rutscht“ beim Kauen seitlich weg?

Leiden Sie unter Ohrgeräuschen, Tinnitus?

Sind Ihre Nackenmuskulatur und die Schultern verspannt?

Können Sie den Kopf schmerzfrei im Halbkreis drehen?

Haben Sie Schmerzen an der Wirbelsäule?

Leiden Sie manchmal unter Schwindel?

Haben Sie einen Unfall mit Schädigungen im Hals-Kopfbereich erlitten (Schleudertrauma)?

Wenn Sie drei oder mehr Fragen mit „Ja“ beantworten können, besteht die Wahrscheinlichkeit, dass Sie unter einer CMD leiden.

In unserer Praxis sind wir auf CMD spezialisiert. Wir testen das gesamte Kausystem mit allen Zähnen, Muskeln und dem Kiefergelenk und ziehen je nach Ergebnis auch weitere Co-Therapeuten aus unserem Netzwerk zur anschließenden Behandlung hinzu. (Orthopäden, Physiotherapeuten, Heilpraktiker)