

Brauche ich wirklich einer Knirscherschiene?

Die Knirscherschiene, auch Aufbiss- oder Michiganschiene genannt, ist ein medizinisches Hilfsmittel zur Beseitigung von Fehl- und Überbelastungen der Kiefergelenke und Zähne, die durch das Knirschen verursacht werden.

Das Zähneknirschen stellt häufig eine psychische Problematik dar und ist in allen Generationen verbreitet. Beim Zähneknirschen wirken starke Kräfte auf die Zähne und Kiefergelenke. Häufigste Ursache des Zähneknirschens sind unverarbeiteter emotionaler Stress, kurzfristige Stressbelastungen, funktionelle Störungen der Kiefergelenke in Relation zum Unterkiefer (CMD: craniomandibuläre Dysfunktionen) und Fehlstellungen des Skeletts.

Die Knirscherschiene hat die Aufgabe, den Abrieb der Zähne aufgrund des Knirschens zu vermeiden. Weitere Symptome des Knirschens sind Kopfschmerzen und eine starke Verspannung der Gesichts- und Nackenmuskulatur.

Knirscherschienen können aus hartem und weichem Material hergestellt werden. Die Hartschienen haben gegenüber den Weichen mehrere Vorteile, z.B. höhere Langlebigkeit bei starkem Knirschen und gezielte Positionierung der Kiefergelenke zur Entlastung.

Grundsätzlich werden Knirscherschienen vom Zahnarzt genau angepasst.

---