

## CMD - Selbsttest

Kurzfragebogen zur Ermittlung von funktionellen Störungen im sogenannten „Kauorgan“. Folgende Symptome können Anzeichen für das Vorliegen einer CMD (cranio-mandibuläre Dysfunktion) sein:

1. Haben Sie das Gefühl, dass Ihr Biss nicht stimmt (unsichere Bisslage der Zähne / Zahn stört beim Schließen)?  JA  NEIN
2. Ist Ihre Mundöffnung eingeschränkt (passen weniger als 3 Finger zwischen Ihre Zähne)?  JA  NEIN
3. Bemerkten Sie Knack- oder Reibegeräusche beim Öffnen oder Schließen des Mundes oder beim Kauen?  JA  NEIN
4. Knirschen oder pressen Sie mit den Zähnen?  JA  NEIN
5. Leiden Sie unter Schmerzen in der Ohr- und Kiefergelenkregion?  JA  NEIN
6. Ist Ihre Unterkieferbeweglichkeit eingeschränkt?  JA  NEIN
7. Leiden Sie an chronischen Kopfschmerzen (häufiger als 1 x pro Woche)?  JA  NEIN
8. Leiden Sie an einseitigen Kopfschmerzen oder Migräneattacken?  JA  NEIN
9. Haben Sie wiederkehrende, therapieresistente Verspannungen oder Schmerzen in der Nacken-, Schulter- oder Rückenmuskulatur?  JA  NEIN
10. Haben Sie Schluckbeschwerden (Kloßgefühl im Hals)?  JA  NEIN
11. Leiden Sie unter Ohrgeräuschen, Tinnitus, Drehschwindel?  JA  NEIN
12. Sind Ihre Zähne kaudruck- oder kälteempfindlich?  JA  NEIN
13. Bemerkten Sie Zahnwanderungen?  JA  NEIN
14. Haben Sie (Zahnverlust durch) gelockerte Zähne / Implantate?  JA  NEIN
15. Haben Sie Zahnschmerzen, für die es keine sinnvolle Erklärung gibt?  JA  NEIN
16. Haben Sie keilförmige Zahndefekte oder deutlich sichtbare Zahnabnutzung?  JA  NEIN
17. Haben Sie Probleme mit Ihrer Körperhaltung (Beckenschiefstand, unterschiedliche Beinlängen, Wirbelsäulenverkrümmung)?  JA  NEIN
18. Leiden Sie unter Augenflimmern oder Lichthypersensibilität?  JA  NEIN
19. Haben Sie ein Taubheitsgefühl im Mund (Zunge, Lippen, Zähne)?  JA  NEIN
20. Leiden Sie unter Gesichtsschmerzen?  JA  NEIN

### Auswertung:

- 1 positive Antwort: eine Funktionsstörung des Kauorgans ist eher unwahrscheinlich
- 2 positive Antworten: eine Funktionsstörung des Kauorgans kann nicht ausgeschlossen werden
- 3 und mehr positive Antworten: eine Funktionsstörung des Kauorgans ist sehr wahrscheinlich

Bei mehreren der in den Fragen beschriebenen Beschwerden und vor einer Versorgung mit Zahnersatz (Kronen, Brücken, Prothesen), vor einer kieferorthopädischen Behandlung und vor Implantaten ist eine Abklärung von funktionellen Störungen durch eine Funktionsanalyse erforderlich.