

Kaakgewrichtsklachten

Kaakgewrichtsklachten worden ook wel TMD (Temporo Mandibulaire Dysfunctie) genoemd. Dit is de meest gebruikte naam voor een veel voorkomende groep klachten van en rondom het kaakgewricht.

Klachten

- Pijn in en om het kaakgewricht, die vaak wordt ervaren als oorpijn.
- Pijn aan de onderkaak, zowel in rust als bij bewegen.
- Uitstraling van pijn naar hoofd, hals, nek en schouders.
- Beperkte bewegingsmogelijkheid van de kaak, met name bij het openen van de mond.
- Geluiden van het kaakgewricht, zoals knappen en kraken.
- Een stijf of dik gevoel rond de kaakgewrichten.

Deze klachten kunnen gevolgen hebben voor bijvoorbeeld spreken, eten, bijten, kauwen, geeuwen en kussen. Maar ook hebben ze invloed op meer algemene activiteiten, zoals werken, sporten, hobby's en slapen.

Oorzaken

De belangrijkste factoren die een rol spelen bij het ontstaan van TMD zijn:

- Bepaalde gewoonten zoals tandenknarsen, stevig klemmen van kiezen op elkaar, kauwgom kauwen, nagel bijten of op wang/lip en potloden of pennen bijten.
- Bepaalde eet- en kauwgewoonten, bijvoorbeeld bij het eten van harde dingen zoals harde broodjes, rauwkost en drop.
- Het naar voren bewegen, en zo houden van de onderkaak.
- Vermoeidheidstress of spanningen.
- Een verkeerde lichaamshouding (bijv. tijdens slapen en telefoneren)
- Het slecht op elkaar passen van de tanden en kiezen.

Voor het onderzoek

Vorbereiding

- Neem uw legitimatiebewijs (paspoort, identiteitskaart of rijbewijs) mee naar het onderzoek.
- Wij vragen u om voorafgaand aan het ziekenhuisbezoek bij uw eigen apotheek een geneesmiddelenpaspoort op te halen. Het geneesmiddelpaspoort is een lijst met de geneesmiddelen die u op dit moment gebruikt.

Melden

Op de afgesproken dag en tijd meldt u zich bij de poli Chirurgie, routenummer 005.

Na het onderzoek

Behandeling

Als de diagnose TMD is gesteld, verwijst de kaakchirurg u meestal (terug) naar uw eigen tandarts. Deze neemt de verdere behandeling dan op zich. Deze behandeling is uiteraard gericht op de factoren die bij u TMD veroorzaken. De behandeling kan zijn:

- Het afleren van parafuncties (parafuncties zijn alle extra activiteiten van de mond naast de normale functies, zoals kauwen, slikken en spreken).
- Oefeningen voor het kaakgewricht (draai- en of scharnierbewegingen, naar achter houden van de kaak, vermijden van naar voren bewegen van de kaak door de tong achterover te krullen tegen de huid).
- Adviezen over eten en kauwen (zachter of fijner maken van voedsel, niet afbijten van appels en ander hard of taai voedsel).
- Adviezen over het vermijden van te zware belasting van het kauwstelsel.

Ook kan uw tandarts maatregelen treffen voor het beter bij elkaar laten passen van de tanden en kiezen van boven- en onderkaak. Zo kan hij een doorzichtig plastic plaatje over de boventanden aanmeten (een zogenoemde kunsthars opbeetplaat), en/of uw tanden en kiezen beslijpen.

Verdere doorverwijzing

Het kan zijn dat uw tandarts u verwijst naar een tandarts-gnatoloog, die gespecialiseerd is in de behandeling van klachten van het kaakgewricht, of naar een Centrum voor Bijzondere Tandheelkunde (CBT). In het CBT in Nijmegen is er een multidisciplinair behandelteam voor TMD, zodat de problemen vanuit verschillende invalshoeken kunnen worden bekeken. In het

behandelteam zitten een gespecialiseerde tandarts, een fysiotherapeut, een kaakchirurg en – op indicatie– een psycholoog.

Soms wordt u voor begeleiding en behandeling verwezen naar een gespecialiseerde fysiotherapeut.

Kaakchirurg

Een enkele keer is behandeling door de kaakchirurg nodig. Dit kan een zogenoemde proefverdoovingsbehandeling zijn, waarbij eventueel het kaakgewricht kan worden gespoeld, of een kijkoperatie waarbij spoelen en het losmaken van ongewenste verbindingen in het gewricht kunnen plaatsvinden. Vrijwel altijd wordt voorafgaand hieraan een afspraak gemaakt bij het multidisciplinaire behandelteam bij het CBT. Na een chirurgische ingreep is er nazorg in de vorm van fysiotherapie en controles op de polikliniek.

Pijn

Als u veel pijn heeft kunnen pijnstillers worden voorgeschreven, bij hoge of verhoogde spierinspanning spierverslappende medicijnen, en bij ontstekingsverschijnselen en artrose eventueel ontstekingsremmende pijnstillers.

Bericht van verhindering

Bent u op de afgesproken dag en tijd verhinderd, neemt u dan zo snel mogelijk contact op met de polikliniek Chirurgie op telefoonnummer 0485-84 53 35.

Samenwerking Radboudumc

Maasziekenhuis Pantein werkt op het gebied van kaakchirurgie samen met Radboudumc. Specialisten van Radboudumc zijn werkzaam op de polikliniek Chirurgie in het Maasziekenhuis.

Meer informatie

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen. Neemt u dan gerust contact op met de polikliniek Chirurgie, op telefoonnummer 0485-84 53 35.