



## Unruhige Nächte – Gefahr der Sauerstoffunterversorgung

Hans Neubaur (57) kam lange nicht zur Ruhe. Als starker Schnarcher litt er unter einem unruhigen Schlaf und damit verbundener Müdigkeit während des Tages: „Ich wusste mir kaum noch zu helfen, aber ich war unsicher, was ich tun könnte. Man hört von vielem, das gegen das Schnarchen helfen soll, aber letztlich schien nichts davon in Frage zu kommen.“

### Schnarchen ermüdet

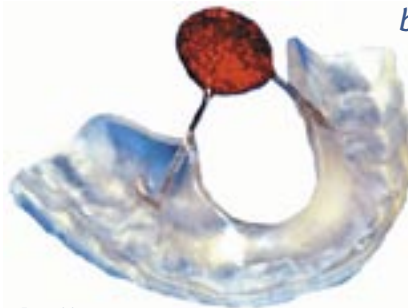
Erst als die jährliche Zahnkontrolle ihn in die Praxis führte, ergab sich für ihn unverhofft eine Lösung: Durch die nächtliche Unterversorgung mit Sauerstoff war er tagsüber müde und abgeschlagen. Es wurde empfohlen, in der Nacht einen sogenannten Linguator zu tragen. Er wird speziell für den Patienten angefertigt und eingestellt. Seine Funktion: Er führt den Unterkiefer in seine optimale Position und gibt der Zunge durch eine kleine Gaumenplatte Halt – ein Zurückfallen von Zunge und Unterkiefer wird somit erschwert und die Auslöser für das nächtliche Schnarchen werden verringert. Natürlich kann man aber mit dem Linguator allein ein Schnarchproblem nicht immer beseitigen. Eine effektive Unterstützung durch entsprechende Begleittherapien wie z. B. Lymphdrainage, Magnetfeldtherapie und Homöopathie wird ebenfalls empfohlen. Unter Umständen ist auch eine Untersuchung in einem Schlaflabor notwendig, um eine behandlungsbedürftige Schlafapnoe auszuschließen. Hans Neubaur jedenfalls ist zufrieden: „Ich fühle mich wieder fit und auch der raue, trockene Hals nach dem Aufstehen ist Vergangenheit!“

# Schnarchen, Kopfschmerzen, Rückenbeschwerden –

Ganzheitliche Zahnmedizin kann helfen

Wenn Dr. Christel Pfeifer und Dr. Paula Göser-Pfeifer ihren Patienten auf den Zahn fühlen, sehen sie oft mehr als „nur“ Karies oder Parodontitis. „Ob Spannungskopfschmerz, Schlafstörungen oder Rückenbeschwerden – Zähne und innere Organe sind miteinander verbunden. Diese wechselseitigen Beziehungen müssen beachtet werden, um eine wirksame Therapie einleiten zu können“, meinen die Spezialistinnen für ganzheitliche Zahnmedizin und Kieferorthopädie aus Köln. Sie kennen viele Fälle,

bei denen nach einer zahnheilkundlichen Behandlung auch andere Erkrankungen beseitigt werden konnten.



Der Linguator – Ein Trainingsgerät für richtiges Atmen



Dr. Christel Pfeifer und Dr. Paula Göser-Pfeifer leiten eine Praxis für ganzheitliche Zahnmedizin und Kieferorthopädie in Köln-Marienburg. Neben den klassischen zahnärztlichen Leistungen für Kassen- und Privatpatienten bieten die beiden Zahnärztinnen ein umfangreiches Behandlungsspektrum an, wobei ein Schwerpunkt u.a. auf der kieferorthopädischen Versorgung von Heranwachsenden, aber auch auf der Behandlung funktioneller Störungen des gesamten Organismus Erwachsener liegt, wie sie häufig bei Zahnfehlstellungen auftreten.



## Ganzheitliche Kieferorthopädie: Wichtig ab dem Kindesalter!

Felix Sonner (10) kommt in regelmäßigen Abständen mit seiner Mutter in die Praxis. Bereits als die ersten Milchzähne ausfielen, kam er das erste Mal. Frau Sonner: „Es war mir wichtig, mögliche Probleme so früh wie möglich aufzudecken, um Felix davor zu bewahren, später eine ‚feste Klammer‘ tragen zu müssen, wie es bei mir als Kind der Fall war. Auch das Ziehen gesunder bleibender Zähne muss ja heute nicht mehr hingenommen werden.“ Tatsächlich deuteten sich auch bei Felix beginnende Fehlstellungen an. Etwa mit der Einschulung wird zu einer ersten Kontrolluntersuchung auf mögliche Zahn- und Kieferfehlstellungen geraten, da bereits die Milchzähne die Entwicklung des Kiefers und somit die spätere Stellung der bleibenden Zähne beeinflussen. Darüber hinaus verläuft eine frühzeitige ganzheitliche Behandlung in der Regel wesentlich schonender und ist somit leichter für die Kinder zu verarbeiten.

### Bessere Körperhaltung durch Bionatortherapie

Eine richtige Behandlung ist aus Sicht der erfahrenen Zahnärztin besonders wichtig, da „an jedem Zahn ein ganzer Körper hängt“. Das bedeutet, dass zwischen den Zähnen und den Organen eine enge Beziehung besteht. So kann sich eine Fehllage der Wirbelsäule auch in einer falschen Stellung von Kiefer bzw. Zähnen äußern – und umgekehrt. „Die Eltern müssen wissen, dass die Zähne Einfluss auf die Körperstatik haben und dass ein kieferorthopädisches Problem durchaus auch auf die Körperhaltung wirkt. Deshalb gilt es so früh wie möglich sicherzustellen, dass jeder Zahn am richtigen Platz sitzt, um eventuelle Entwicklungsrückstände und Fehlstellungen zu vermeiden“, betonen die beiden Kölner Zahnärztinnen.

### Eltern sollten auch sanfte Methoden kennen

Hilfe und Unterstützung für den Kiefer kann hierbei der Bionator nach Prof. Balters geben. Ähnlich einer Zahnspange liegt er zwischen den Zahnreihen und stimuliert beim Tragen das Schlucken und Sprechen mit dem Effekt, dass Kiefer- und Zahnwachstum angeregt werden. „Nachdem Felix den Bionator einige Zeit getragen hatte, konnten wir bereits feststellen, dass sich auch seine Atmung verbessert hatte. Früher war seine Nase oft verstopft und er hat durch den Mund geatmet. Heute hat er damit keine Probleme mehr“, freut sich Felix Mutter. Der Bionator beeinflusst den gesamten Kopfbereich, so dass die Nasen- und Nasennebenhöhlen sowie die Kopfhaltung optimiert werden, wodurch auch die Nasenatmung häufig eine Verbesserung erfährt.



Der Bionator stimuliert Zahn- und Kieferwachstum, ohne die Zähne mit Gewalt in ihre Position zu zwingen.



## Folgende Störfelder können zu Problemen im Kiefer und Skelettsystem führen und somit den Körper aus dem Gleichgewicht bringen:

- falscher Biss
- zu hohe Kronen und Brücken
- Kieferregulierungen mit festsitzenden Klammern
- schlecht sitzende Prothesen

Vielen Patienten könnte mit einer sanften, nicht invasiven Therapie Wohlbefinden und Lebensqualität zurückgegeben werden.

## Martyrium Kopfschmerz – Kiefer und Zähne können Ursache sein

Aber nicht nur bei Kindern kommt der Bionator zum Einsatz. Während er dort Fehlentwicklungen vermeiden soll, profitieren Erwachsene von der aktiven Entlastungsfunktion. So auch Annemarie Toellner (45): Die dreifache Mutter litt seit langem unter Verspannungen im Hals- und Nackenbereich, oft verbunden mit starken Kopfschmerzen. „Mein Hausarzt konnte keine Ursache für die Verspannungen finden und machte Stress und eine ungünstige Körperhaltung für die Schmerzen verantwortlich. Er verschrieb mir Schmerzmittel, die auch halfen, die ich jedoch auf keinen Fall über einen längeren Zeitraum nehmen wollte“, erzählt Frau Toellner.

### Zähne – Feineinstellung der Wirbelsäule

Fälle wie den von Frau Toellner erleben Zahnärzte recht häufig. Nicht immer ist die Psyche für solche Anspannungen verantwortlich, sondern oft eine fehlerhafte Statik des Kiefers oder der Zähne, wissen Dr. Pfeifer und Dr. Göser-Pfeifer: „Eine umfassende, differenzierte Betrachtung der Beschwerden und ihrer Ursachen ist daher besonders wichtig. Verspannungen können leicht durch die Hebelwirkung über die Kieferebene bis hinab ins Becken wirken. Aus diesem Grund können Fehlstellungen im Kieferbereich Probleme im Rücken und im Iliosakralgelenk bereiten und umgekehrt.“ Die Kombination von Bionatorbehandlung und verschiedenen ganzheitlichen Therapieverfahren brachte Frau Toellner schließlich die erhoffte, dauerhafte Erleichterung: „Die Verspannungen sind seit dem Abschluss der Behandlung nicht mehr aufgetreten und regelmäßige Kopfschmerzen habe ich seitdem auch nicht mehr. Den Bionator trage ich weiterhin, um keine erneuten Verspannungen zu riskieren.“