

Behandeling van het kaakgewricht



Waarvoor worden de klachten veroorzaakt?

Uw klachten worden veroorzaakt door verkeerde belasting of overbelasting van de kauwspieren.

Daardoor wordt de functie van het kaakgewricht verstoord.

Soms komt dit tot uiting door een "knap" in het kaakgewricht, die pijnklachten kan veroorzaken.

Er zijn twee vormen van behandeling van dit probleem.

Beiden zijn bedoeld om de belasting van het kaakgewricht te verminderen of te verbeteren.

De eerstgenoemde behandeling is gebaseerd op instructies, de tweede behandeling is gebaseerd op de zogenaamde splinttherapie.

Behandeling door middel van instructies

- Gedurende een periode van twee maanden dient u een wijde mondopening te vermijden. Geef de kauwspieren zoveel mogelijk rust. U dient dus ook het kauwen van kauwgom te vermijden.
- U dient de voortanden niet te gebruiken om iets af te bijten, zoals bij appels of broodjes.
- Vermijd ook bewegingen waarbij de kaak te ver naar voren komt, bijvoorbeeld door nagelbijten, velletjes afbijten, of op een pen of potlood bijten.
- Bij het geeuwen dient u direct de handpalm tegen de kin te drukken om verder opengaan van de mond te vermijden.
- Kauw bij voorkeur aan de kant van het pijnlijke gewricht.

Splinttherapie

Een splint is een van doorzichtig kunsthars vervaardigde plaat, die over de tanden en kiezen van de onder- of bovenkaak past.

Deze wordt door uw behandelaar vervaardigd, als deze denkt hiermee de belasting van kauwspieren en kaakgewricht te kunnen verminderen.

Vaak is het zo dat u, soms ongemerkt, tandenknarst of uw kaken op elkaar klemt. Het dragen van een splint gaat dit tegen.

Instructies voor de splinttherapie

De eerste en tweede week

U dient de splint zoveel mogelijk te dragen. Probeer ook met de splint te eten. U dient voor het slapen gaan en na de maaltijden de splint te reinigen. Draagt u de splint zo mogelijk 24 uur per dag.

De derde en vierde week

U dient de splint s'nachts te dragen. Zo ook overdag als u bij werkzaamheden uw "kiezen op elkaar zet". Probeer tevens met de splint te eten.

De vijfde en zesde week

U hoeft de splint gedurende deze twee weken alleen 's nachts te dragen.

De zevende en achtste week

U dient de splint gedurende deze twee weken om de nacht te dragen.

Heeft u nog vragen?

Deze folder is niet bedoeld als vervanging van mondelinge informatie, maar als aanvulling hierop.

Hierdoor kunt u alles nog eens rustig nalezen.

Heeft u nog vragen, belt u dan de **polikliniek kaakchirurgie, telefoon: 040 - 2864868.**

Deze is geopend tijdens werkdagen, van 08.15 tot 16.15 uur.

**KAA001
10-08**