

Aus:

Die Zahnarztwoche, DZW
Sonderteil Seminare und Fortbildungen
27/02, S. 20

Woche 27/02 DZW

TAS Trainingstherapie gegen Schlafapnoe und Schnarchen:

Behandlung mit Face-Former und OSP

Entwicklung der TAS

Für funktionelle Behandlung hypotoner Muskeln und muskulärer Dysfunktionen bei Gesichts- und Nackenschmerzen, Kiefergelenksproblemen, Bruxismus, Zahnfehlstellungen, Syndromerkrankungen und Behinderungen wurden am ISST-Unna von Berndsen/Berndsen der Face-Former und die OSP (Orale-Stimulations-Platten) entwickelt. Im Rahmen der Cranio-Cervicales-Myofunktions-Therapie (CCMT) wurden diese Geräte häufig eingesetzt. Spezielle, in der CCMT enthaltene Methoden zur Harmonisierung und Kräftigung der intraoralen Muskulatur, Aufbau von Nasenatmung und Kopfhaltung wurden zur neuen Behandlungsmethode TAS zusammengefasst. Die Wirksamkeit konnte an mehreren hundert Patienten beobachtet werden. Eine wissenschaftliche Pilotstudie mit 11 Patienten, durchgeführt von der Universität Göttingen, wies einen guten bis sehr guten Erfolg bei allen Teilnehmern nach. Dieses Ergebnis stellte sich auch bei Probanden ein, die bereits über mehrere Jahre mit nächtlichen Atemhilfen oder anderen Hilfsmitteln versorgt waren.

was zu einem Verschluss der Atemwege führt. Wird dadurch die Atmung länger als 10 Sekunden und häufiger als 10 mal pro Stunde unterbrochen, können gesundheitliche Schäden nicht ausgeschlossen werden.

Bei der Inspiration mit einsetzender Zwerchfellaktivität kommt es – auch im Schlaf – zu einer Anspannung der dilatierenden Pharynxmuskeln. Hingegen verringern sich die Spannungszustände von Velum und Zunge. Spannungsreduzierungen in der Mundregion sind daher grundsätzlich physiologisch und bewirken nur dann Schnarchen oder Schlafapnoe, wenn unphysiologische Fehlspannungen und Fehlfunktionen bereits zu einer allgemeinen Herabsetzung von Muskel- und Gewebespannung im Mund geführt haben. Diese sind in den meisten Fällen erworben und bestehen oft von Kindheit an.

Methode der aktiven Schnarchtherapie nach Berndsen/Berndsen

Bei vielen chronischen Erkrankungen und Schmerzen werden muskuläre Beeinträchtigungen als Ursachen erkannt und zur Heilung wird die Muskulatur mit aufwendigen Geräten trai-

Es sind noch Plätze frei!

Top UCLA Kurs, Los Angeles,
USA vom: 21.-25.10.02,
Advanced Implant + Perio
Therapy mit S. Jovanovic. Info/
Org.: W. L. Gore, S. Kahdemann
Tel. 09842/95529, Fax -95564

andere synergistisch oder antagonistisch gleichzeitig trainiert werden. Wird z.B. der M. orbicularis oris (Lippenmuskel) bewegt, so geraten auch die Kau- und Schluck-, sowie die mimischen Muskeln in synergetische und antagonistische Aktivität. Die der Therapie zugeordneten Face-Former-Übungen wirken primär auf den M. orbicularis oris und die Zunge. Von hier aus wird gleichzeitig ein Trainingseinfluss auf die Muskeln des gesamten cranio-cervicalen Muskelsystems erreicht.

Orale-Stimulations-Platten (OSP) unterstützen diesen Prozess durch stimulierende und orientierende Reizgebung, wodurch eine korrekte Zungenposition und ein neurophysiologisches Bewegungsmuster der Zunge aufgebaut werden sollen.



Face-Former-Übung im Rahmen der Schnarchtherapie nach Dr. Berndsen

Ziele der IAS

- Harmonisierung und Stärkung von Muskeln und Gewebe der Kopf-, Mund-Nackenregion
- Korrektur von Fehlfunktionen
- Aufbau korrekter neurophysiologischer Muster: Zungenlage, Schlucken, Atmung und Kopfhaltung.
- Aufbau und Stabilisierung der Nasenatmung
- Gesunder, ruhiger Schlaf ohne Hilfsmittel

Schnarchen und obstruktive Schlafapnoe

Als Hauptursache von Schnarchen und Schlafapnoe müssen Fehl- und Unterspannungen von Muskulatur und Gewebe im Mund- und Rachenraum, falsche Zungenpositionen und Mundatmung betrachtet werden. Erschlaffungen treten vor allem an Gaumensegel, Zungenrund und den lateralen Pharynxwänden auf. Ein starker Sog in den Luftwegen, den die Lunge bei der Einatmung erzeugt, versetzt erschlafftes Gewebe in Schwingungen. Der Mund als Resonanzraum verstärkt diese und eine offene Mundhaltung begünstigt den Schallaustritt, das Schnarchen.

Bei Schlafapnoe wird das erschlaffte Gewebe nicht nur in Schwingungen versetzt, sondern regelrecht eingesaugt,

niert. Berndsen/Berndsen entwickelten eine Trainingstherapie für die craniocervicale Region mit den dazu erforderlichen Übungsgeräten.

Die Therapie richtet sich an alle, bei denen der Schlaf durch Schnarchen und Schlafapnoe beeinträchtigt wird.

Der Patient wird zum aktiven Handeln angeleitet. Geräteanwendung und Übungsprogramm sind einfach und fordern nur geringen Aufwand. Der trainingsbedingte Aufbau von Muskel- und Gewebespannung, bei gleichzeitiger Harmonisierung von Muskelaktivitäten, soll auf natürliche Art und Weise zu einem Heilerfolg führen. Intermittierende Diagnosen und Betreuung durch den Behandler finden in regelmäßigen Abständen zur Kontrolle und Aufrechterhaltung der Motivation des Patienten statt.

Ausgehend von der Tatsache, dass Mund- und Gesichtsmuskulatur nicht isoliert zu aktivieren sind, werden Übungen an Muskeln angesetzt, durch die

In vielen Fällen führt TAS als alleinige Therapie zu gutem Erfolg. Durch regelmäßiges Training können bereits nach wenigen Wochen spürbare Besserungen eintreten. Als begleitende Therapie unterstützt TAS andere Behandlungsverfahren. Elektronische nächtliche Atemhilfen, Geräte zur Erweiterung der Atemwege, Operationen etc. können in speziellen Fällen dem Patienten zwar schnelle und notwendige Hilfe sein, fehlt aber die Unterstützung durch akti-



Muskelfunktionstrainer Face-Former



OSP Orale-Stimulations-Platte