

Ein beispielhaftes EMG-Signal. Hohe Ausschläge entsprechen einer hohen Muskelspannung. Sie können auf einen Blick sehen, welche Gedanken und Haltungen Ihre Muskelspannung positiv oder negativ beeinflussen.



Auch die Entspannungsfähigkeit kann visualisiert und trainiert werden. Die Blume schließt sich entsprechend Ihrer Werte bei Anspannung und öffnet sich zu einem schönen Bild bei Entspannung.

Wirksamkeit

Laut Leitlinie zur Diagnostik und Behandlung von Bruxismus* kann Biofeedback zur Bruxismusreduktion eingesetzt werden. Kombiniert mit Stressmanagement stellt es eine **sehr gute Ergänzung** zur Behandlung mit einer Biss-Schiene dar.

*Deutsche Gesellschaft für Funktionsdiagnostik und -therapie in der Zahn-, Mund- und Kieferheilkunde & Deutsche Gesellschaft für Zahn-, Mund- und Kieferheilkunde, Diagnostik und Behandlung von Bruxismus. (2019). Diagnostik und Behandlung von Bruxismus. In Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften (AWMF 083-027).

Ihre Vorteile



natürlich und
nicht invasiv



schnelle
Symptomlinderung



langfristige
Bruxismus-Reduktion



Steigerung der
Lebensqualität

Übernehmen Sie die Kontrolle -
Fragen Sie uns nach weiteren Informationen zur Behandlung mit Biofeedback!

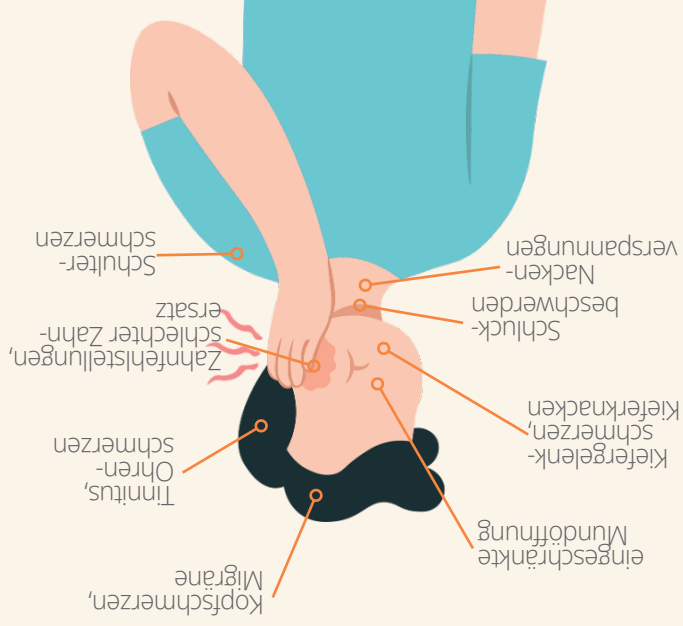
Praxisstempel hier platzieren

Biofeedback bei Bruxismus



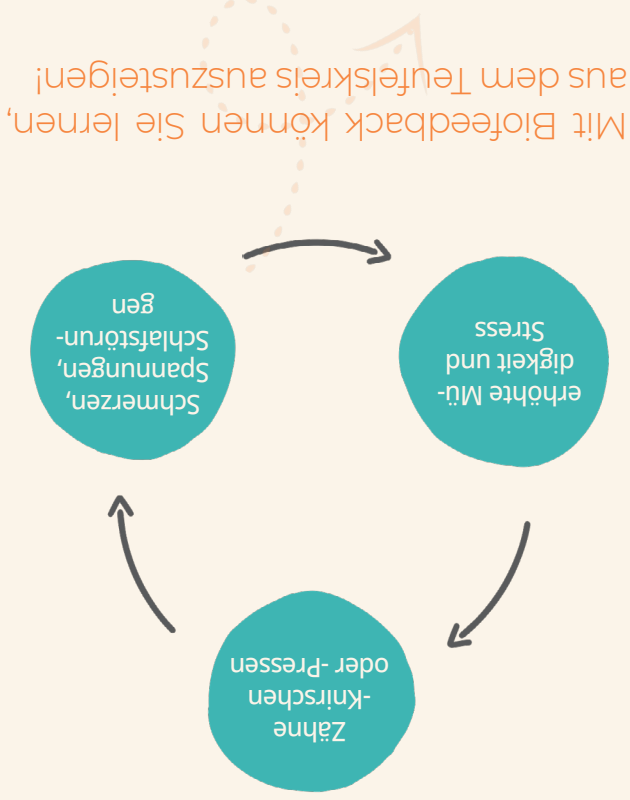
Was ist Bruxismus?

Bruxismus ist der Fachbegriff für **nicht-funktionales Knirschen oder Aufeinanderpressen der Zähne** und verursacht eine Reihe von Symptomen:



Durch eine Fehlbeanspruchung des Kau-systems sind Abnützungerscheinun-gen der Zähne, Zahnfleischschwund und andere dauerhafte Veränderungen der Zahn- und Gefäßstruktur möglich. Bruxis-mus kann Sie in einem Teufelskreis gefan-gen halten:

Der Bruxismus-Teufelskreis

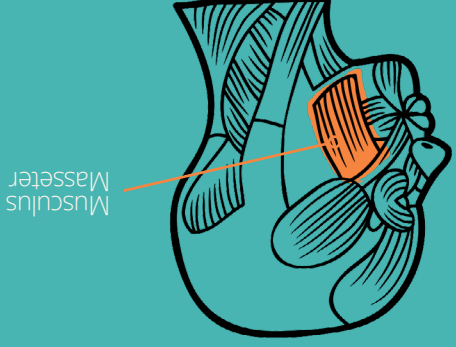


Wie hilft Biofeedback?

- Biofeedback unterstützt Sie langfristig: erhöhte Muskelspannung wahrnehmen
- Ihre Muskeln zu entspannen
- Stress zu reduzieren und Schmerzen, sowie weitere Folge-Symptome zu lindern

Bruxismus und Biofeedback

Ziel ist die Entspannung der betroffenen Muskulatur, nämlich des **Musculus Masseter** (einer der vier Kaumuskeln des Menschen). Dafür werden Klebeelektroden auf den Muskel angebracht und die Signale des Muskels optisch dargestellt. So wird veranschaulicht, wie hoch die Grundspannung des Muskels ist und wie sich die Spannung während Stressere-bens oder aktiver Entspannung verän-dern kann.



Dadurch können Sie Ihre eigene **Körper-wahrnehmung verbessern** und eine Sensibilität dafür entwickeln, wie ange-spannt Sie momentan sind. So spüren Sie, wann Ihr Körper Ruhe braucht und können sich mit geübten Entspannungs-techniken auch **wieder entspannen**.