Peter Jonker, implantoloog
Tandartsgroepspraktijk Peter Jonker
Laan van Meerdervoort 1575
2555 BR Den Haag
infopsjonker@psjonker.nl

* Mijn visie op een gezond kauwstelsel
* De biomechanica van een stabiele beet
* Het belang van een stabiele kaakrelatie
* Mijn behandelvisie

De basis van mijn behandeling is het creëren van een stabiele en ontspannen relatie tussen de onderkaak, de bovenkaak en de schedel. De onderkaak moet zich zonder enige dwang in haar natuurlijke rustpositie kunnen bevinden. In die positie moeten alle tanden en kiezen gelijktijdig en gelijkmatig contact maken. Er mogen geen storende drukpunten aanwezig zijn en de onderkaak mag niet naar links of naar rechts worden gedwongen.

Wanneer deze stabiliteit aanwezig is, ontstaat er evenwicht in het gehele kauwstelsel. De spieren, kaakgewrichten, pezen en andere structuren worden gelijkmatig belast. Het lichaam hoeft dan niet voortdurend te corrigeren of een andere stand van de onderkaak te zoeken. De kaak kan zich ontspannen gedragen zoals de natuur dat bedoeld heeft.

Wanneer deze stabiliteit ontbreekt, zie ik dat het lichaam voortdurend probeert een comfortabelere positie te vinden. Dit kan zich uiten in tandenknarsen, klemmen of een verhoogde spanning van de kauwspieren. Daardoor kunnen klachten ontstaan zoals gevoelige tanden en kiezen, hoofdpijn, nekpijn, oorpijn, een drukkend of onrustig gevoel in het hoofd en soms zelfs gehoorklachten.

Een belangrijk onderdeel van de behandeling is daarom het zorgvuldig begeleiden van de onderkaak naar een stabiele en ongedwongen positie. Daarnaast moeten ook de bewegingen van de onderkaak vrij en storingsloos kunnen verlopen. Wanneer de onderkaak naar links beweegt, mogen uitsluitend de tanden aan de linkerzijde geleiden; aan de rechterzijde mogen geen storende contacten aanwezig zijn. Bij een beweging naar rechts geldt precies het omgekeerde. Vooral zware contacten achter in de mond dienen te worden voorkomen.

Wanneer de onderkaak zowel in rust als tijdens beweging volledig in balans is, ontstaat er rust in het gehele kauwstelsel. Mijn ervaring is dat veel patiënten hierdoor een duidelijke vermindering van hun klachten ervaren. Vaak verdwijnen spanningen geleidelijk en voelt het kauwen natuurlijker en ontspannener aan.

Een stabiele beet is bovendien van groot belang voor patiënten met parodontitis. Wanneer tanden en kiezen niet harmonieus op elkaar passen, kunnen overmatige krachten ontstaan die het parodontium extra belasten. Daarom streef ik ernaar de belasting van iedere tand en kies zo

gelijkmatig mogelijk te verdelen. Een stabiele en evenwichtige beet vormt naar mijn ervaring een belangrijke ondersteuning van een succesvolle parodontale behandeling.

In de praktijk zie ik verschillende oorzaken waardoor deze stabiliteit verloren kan gaan. Een van de belangrijkste oorzaken is orthodontische behandeling. Hoewel de tanden en kiezen na een orthodontische behandeling vaak mooi recht staan, betekent dit niet automatisch dat de onderkaak zich ook in haar natuurlijke, ongedwongen positie bevindt. De tanden kunnen esthetisch uitstekend staan, maar functioneel niet optimaal aansluiten op de positie waarin de kaakgewrichten en spieren volledig in balans zijn.

Ook uitgebreid kroon- en brugwerk, of zelfs één enkele kroon, kan de natuurlijke balans verstoren wanneer de beet niet volledig is afgestemd op de ontspannen positie van de onderkaak. Daarnaast kunnen het verlies of trekken van tanden en kiezen, waardoor andere elementen gaan verschuiven, aanleiding geven tot storende contacten. In sommige gevallen is de oorzaak aangeboren en is de natuurlijke beet vanaf het begin niet volledig in harmonie.

Mijn behandeling is erop gericht deze verstoringen op te sporen en te corrigeren. Het uiteindelijke doel is dat de onderkaak zich volledig ontspannen in haar natuurlijke positie bevindt, waarbij alle tanden en kiezen gelijkmatig contact maken, zonder storende drukpunten en zonder ongewenste verschuivingen. Naar mijn ervaring vormt juist deze harmonie tussen gebit, spieren en kaakgewrichten de basis voor een goed functionerend kauwstelsel en voor het welzijn van veel van mijn patiënten.

<u>Veelgestelde vragen</u>

1. Gaat er dan niet teveel van mijn kiezen af?
2. Tast het bijslijpen niet het glazuur van mijn kiezen aan?
3. Ben ik dan niet gevoeliger voor gaatjes?

De antwoorden op deze vragen leest u in het ervaringsverhaal van Estelle Smits.

Ervaring van Estelle Smits

Ik heb al jaren chronisch spanning in mijn nek en schouders, met hoofdpijnklachten wanneer er stress in mijn leven was. Ruim een half jaar geleden gingen mijn kaken ineens klemmen. Ik weet het aan de overgang en mogelijke onbewuste stress. Het kaakklemmen werd wel steeds erger en ik kreeg steeds meer last van mijn nek- en schouderspieren. Ik verdroeg het als bij-effect van de overgang, probeerde zoveel mogelijk ontspanning te vinden en masseerde de kaakspieren van buitenaf en binnen in mijn mond. Dat hielp even. Maar het ging niet weg en werd erger.

Totdat ik op een dag echt steken in mijn rechter onderkaak kreeg, zodanig dat ik een spoed-afspraak bij de tandarts maakte uit zorg dat het een wortelkanaalontsteking was. Vanuit foto en test bleek dat niet het geval. De tandarts, Peter Jonker, vroeg of ik veel last had van hoofdpijn. Pas op het moment dat hij het vroeg realiseerde ik me dat ik inderdaad het afgelopen half jaar erg veel en regelmatig last had van hoofdpijn. Ik stond elke dag op met enorm pijnlijke nek en schouders en hoofdpijn. Ik had het al geaccepteerd, maar echt normaal was dat niet voor mij.

Peter Jonker heeft toen uitgelegd dat mijn kaakstand niet in balans was waardoor ik ging kaakklemmen, hoofdpijnklachten kreeg en de doorwerking vanuit mijn kaakspieren naar mijn nek- en schouderspieren.

Hij sleep minimaal iets van mijn kiezen af en zei dat ik 2 weken later terug moest komen. Die dag voelde ik mijn spieren in mijn nek en schouders werken, soort van verkrampen. Vanuit mijn werk als lichaamstherapeut kon ik voelen dat dit het effect was van het licht bijslijpen van mijn kiezen. Alsof er een reset in de spieren van mijn bovenlichaam bezig was.

De dag daarna stond ik zonder nek-, schouder- en hoofdpijn op en was mijn kaakklemmen verdwenen. Na ca 1,5 week begon het kaakklemmen weer licht. Peter legde uit dat er elke keer 2 weken tussen moest zitten om de kaken en vooral kaakspieren eerst de gelegenheid te geven om te resetten, en vervolgens te kijken of er nog iets nodig was of niet. De 2e keer bijslijpen gingen weer dezelfde dag mijn spieren in nek en schouder 'werken', zelfs tot aan mijn onderrug toe. En wederom de dag daarna geen klachten meer!

In totaal heeft hij bij mij 4 keer iets bij moeten slijpen. Ik ben nu al zeker 2 maanden vrij van nek-, schouder- en hoofdpijn en mijn kaken klemmen niet meer. Mijn onderkaak is gedurende de periode van die 4 behandelingen vanzelf naar achter gegaan, waardoor mijn tanden en kiezen voor het eerst in mijn leven echt netjes staan.

Herkent u deze klachten? Maak dan een afspraak met mij op de praktijk.
Voor meer informatie en het maken van een afspraak kunt u terecht op: www.psjonker.nl.