

# Bruxismus

Jeder kennt Situationen, in denen man zähneknirschend etwas hinnehmen muß. Manche kauen im Schlaf weiter an ihren Problemen: Untersuchungen zeigen, daß bei über 50 Prozent der Bundesbürger die Zähne Zeichen von Abnutzung aufweisen - das typische Merkmal für nächtliches Knirschen. Diese unwillkürlichen Bewegungen nennen Zahnärzte «Bruxismus». Streßbewältigung spielt als Ursache eine entscheidende Rolle: Bruxismus-Patienten haben vergleichsweise starke Alltagsbelastungen. Wer diesen emotionalen Streß nicht abbaut, riskiert eine Abnutzung des Zahnschmelzes, Zahnfrakturen oder parodontale Schäden am Gebiß. Hilfe bieten Schienen, die eine nächtliche Schutzbarriere zwischen den Zahnbögen bilden. (jW)  
*<https://www.jungewelt.de/artikel/92984.bruxismus.html>*