

Варианты лечения дисфункции височно-нижнечелюстного сустава

Височно-нижнечелюстной сустав – самый активный сустав тела. Он отвечает за все движения челюсти во время приема пищи и говорения. И самое главное, вместе с языком и фарингеальными мышцами он контролирует работу дыхательных путей и дыхание. Он сохраняет активность на протяжении всего дня и сильно изнашивается. К тому же височно-нижнечелюстной сустав играет главную роль в поддержании равновесия.

Согласно некоторым исследованиям, у 75% населения в определенный момент жизни проявляются признаки и симптомы дисфункции височно-нижнечелюстного сустава. В большинстве случаев необходимости в лечении нет – организм человека быстро восстанавливается. Но многие пациенты страдают от этого заболевания длительное время, не обращаясь за медицинской помощью, тем самым снижая качество своей жизни. 5-10% населения действительно нуждается в традиционном лечении симптомов дисфункции височно-нижнечелюстного сустава. Иногда пациенты, которые не нуждаются в лечении, используют нейромышечные методы с целью улучшения внешности и уменьшения признаков старения. Профессиональные спортсмены и спортсмены-любители используют методы нейромышечной стоматологии для повышения спортивных возможностей, а недавние исследования Рутгерского университета подтвердили эффективность капп РРМ (Pure Power Mouthguard).

Признаки и симптомы дисфункции височно-нижнечелюстного сустава:

- головная боль;
- мигрень;
- щелканье, потрескивание и ограниченная подвижность височно-нижнечелюстного сустава;
- звон в ушах;
- боль в челюсти;
- мышечная боль;
- боль в придаточных пазухах носа и заложенность носа;
- ретроорбитальная боль или боль позади глаза;
- боль в области уха;
- боль в области шеи;
- головокружение;
- боль в области лица;
- храп;
- ночное апноэ;
- утренние головные боли;
- абфракция (выемки в нижней части зуба)
- сильный износ зубов;
- напряжение в области шеи;
- смещение первого шейного позвонка;
- боль в коже головы;
- боль в области затылка;

- боль в висках;
- беспричинная зубная боль;
- согласно данным Национального института сердца, легких и крови (Национальные институты здоровья, США) дисфункция височно-нижнечелюстного сустава вызывает некоторые сердечнососудистые заболевания. Она влияет на когнитивную функцию головного мозга и автономную нервную систему. Этот вопрос освещен в докладе «Сердечнососудистые заболевания и нарушения сна как следствие дисфункции височно-нижнечелюстного сустава».

Виды дисфункции височно-нижнечелюстного сустава:

- связанная с мышцами. Этот вид дисфункции обычно возникает в результате чрезмерной работы, усталости или напряжения челюсти и зависимых структур;
- связанная с суставами. Распространенными проблемами суставов являются заболевания самого сустава, дегенерация твердых или мягких тканей или воспаление, включая артрит;
- связанная с окклюзией. Мышцам и суставам приходится приспосабливаться к существующей окклюзии.

На самом деле всегда существует не одна, а несколько взаимосвязанных проблем.

Виды лечения

В зависимости от особенностей и степени тяжести дисфункции височно-нижнечелюстного сустава нейромышечный стоматолог разработает план лечения головной боли, основным пунктом которого будет постановка челюсти в правильное положение. Правильное положение челюсти подразумевает здоровые мышцы, суставы, окклюзию, а также здоровое состояние не только челюсти, но и всей краниомандибулярной системы и шейного отдела.

Простые традиционные методы лечения обычно имеют обратимое действие, неинвазивны и не изменяют навсегда структуру или форму челюсти. Такие методы лечения наиболее эффективны в случае здорового соотношения челюстей.

Симптомы заболевания могут проявляться, например, у подростков, имеющих привычку подолгу жевать жвачку, либо у тех, кто недавно бросил курить и постоянно жуёт никотиновую жевательную резинку. Также от дисфункции височно-нижнечелюстного сустава могут страдать люди, которым часто приходится громко разговаривать или кричать, что приводит к усталости мышц и суставов и соответственно – болевым ощущениям в них.

Также заболевание может проявляться после ДТП или удаления зуба мудрости. Пациенты с правильной нейромышечной структурой челюсти и зубов обычно восстанавливаются после перенесенной травмы. А вот пациенты с нарушенным нейромышечным соотношением могут никогда не выздороветь, несмотря на отсутствие подобных проблем ранее.

Лечение:

- употребление мягких пищевых продуктов;

- чередование теплых и холодных обертываний;
- сведение к минимуму нагрузки на челюсть;
- физиотерапия;
- массаж;
- иглоукалывание или точечный массаж;
- лекарственные препараты для местного применения и противовоспалительные средства.

Другие виды лечения:

- Ортотики. Ортотики часто путают с шинами. Эти внутриротовые аппараты (или как их часто называют «накусочная каппа» или «каппа от бруксизма») представляют собой пластмассовые защитные средства, которые надеваются на верхние и/или нижние зубы. Они защищают зубы от стирания (при бруксизме), которое оказывает сильную нагрузку на височно-нижнечелюстные суставы. Эти аппараты не носят постоянно и не вызывают необратимых изменений прикуса. Их использование приводит к изменению ортопедического функционирования всей системы. Ношение ортотика в течение длительного времени приведет к необратимому изменению прикуса и/или положения тела.

Применение аппаратов от бруксизма в ночное время защищает зубы, мышцы и суставы от повреждений, возникающих при трении и стискивании зубов. Различные внутриротовые аппараты могут как избавлять от проблем, так и создавать их.

Управление санитарного надзора за качеством пищевых продуктов и медикаментов США (FDA) одобрило аппарат снятия напряжения NTI-tss (Nociceptive Trigeminal Inhibition-tension suppressing system) как средство лечения мигреней. Он имеет несколько областей применения, но не является нейромышечным аппаратом. Аппарат NTI-tss посылает болевые импульсы в систему тройничного нерва для предотвращения стискивания зубов. Аппарат помогает одним пациентам, но в то же время может нанести вред другим. Поэтому важно регулярно наблюдать за состоянием пациента.

Одобрение аппарата NTI-tss Управлением санитарного надзора за качеством пищевых продуктов и медикаментов США (FDA) как средства лечения мигреней должно навсегда закрыть вопрос по поводу внутриротовых аппаратов: помогают ли они избавиться от мигрени или же их ношение является причиной головных болей.

Главная задача нейромышечных ортотиков – 3D-постановка нижней челюсти в физиологически здоровое и стабильное положение, которое позволит исправить положение всего тела.

- Инвазивные методы лечения. Уколы и операции относят к инвазивным процедурам, т. к. как они нарушают целостность кожи. Уколы считаются методами лечения обратимого действия, поскольку их эффект со временем ослабевает. Последствия операции часто необратимы, поэтому ее назначают только после применения более традиционных методов лечения.

Уколы в триггерные точки мышц и пролотерапия в сухожилия и связки может давать существенный положительный эффект у некоторых пациентов, часто ускоряя процесс выздоровления. Инвазивные методы лечения всегда предполагают определенный риск.

При прототерапии (пролиферационной терапии) в мышцы, сухожилия и связки вводится пролиферирующее вещество (например, Д-глюкоза), стимулирующее новое формирование коллагена, благодаря чему они укрепляются без оперативного вмешательства.

Диагностические блокады часто помогают выявить первопричинное заболевание. Блокады периферической нервной системы могут быть как диагностическими, так и лечебными. Прекрасный пример – основно-небная блокада, которая может снимать боль и другие симптомы нарушения периферической нервной системы. При положительных результатах ее периодическое использование может ускорить процесс выздоровления. Нейромышечные стоматологи часто проводят блокаду ушно-височного и затылочных нервов. Нейрохирурги могут проводить диагностические блокады или блокады длительного действия шейно-грудного узла и других структур.

- Методы лечения необратимого действия, предназначенные для того, чтобы навсегда изменить прикус, включают: имплантаты, ортодонтическое лечение, хирургическую ортодонтию, терапевтическую стоматологию и реконструктивную стоматологию.

При отсутствии серьезной лицевой травмы, которая может являться основной причиной дисфункции височно-нижнечелюстного сустава, ваш нейромышечный стоматолог сначала попытается применить традиционные методы диагностики и лечения и воздержится от инвазивных методов либо методов лечения необратимого действия. Стоматологи, придерживающиеся теории центрального соотношения, часто начинают лечение с эквilibрирования (сошлифовывания зубов с целью изменения прикуса). Нейромышечные стоматологи обычно вначале лечения воздерживаются от такой процедуры, поскольку она может привести к ухудшению состояния пациента, а вернуть назад сошлифованные зубы будет невозможно.

Если вы страдаете от головных болей, вызванных дисфункцией височно-нижнечелюстного сустава, свяжитесь с нашим нейромышечным стоматологом и убедитесь в эффективности методик лечения.