

## Лечение головной боли методами нейромышечной стоматологии

Головные боли являются одним из симптомов дисфункции височно-нижнечелюстного сустава (ВНЧС). Нейромышечный стоматолог обладает специальными знаниями, позволяющими ему провести лечение дисфункции ВНЧС и вернуть челюсть пациента в оптимальное рабочее положение. Следовательно, стоматолог может избавить если не от всех, то от большинства симптомов дисфункции ВНЧС, в том числе и от головных болей.

Есть несколько **типов головной боли**, которые хорошо поддаются лечению методами нейромышечной стоматологии.

- **Мигрень.** Дисфункция ВНЧС и мигрень тесно связаны между собой тройничным нервом, который отвечает за работу челюсти и зубов. Лечение дисфункции ВНЧС часто избавляет пациента и от головных болей, так как устраняет их причины. Приведение в порядок нервной системы может даже ослабить приступы мигрени, вызванные гормональными или химическими изменениями в организме.

- **Синусовые боли.** Тройничный нерв также оказывает влияние на иннервацию выстилки синусов. Дисфункция ВНЧС иногда является причиной гиперчувствительности синусов к аллергенам. Устранение дисфункции ВНЧС может снизить частоту и интенсивность хронических синусовых головных болей или вообще исключить их. Гиперактивность тройничного нерва может вызывать боль в синусах, что приводит к увеличению количества, выделения? Откуда? жидкости и возникновению инфекций (которые в этом случае являются следствием заболевания, а не его причиной).

- **Головные боли в области лба, виска или затылка.** Тройничный нерв тесно переплетается с лицевыми нервами. Во время лечения дисфункции височно-нижнечелюстного сустава пациент может избавиться от многих форм головных болей. Тройничный нерв переплетается с лицевыми и затылочными нервами и часто боль ощущается во многих зонах головы, что лишь частично объясняется неправильной работой челюсти.

Успех лечения методами нейромышечной стоматологии зависит от множества различных факторов, поэтому у одних пациентов положительный результат наступает резко и кажется чудом, у других же улучшение наступает постепенно.

### Начальный этап

Сначала нейромышечный стоматолог проводит регистрацию работы вашей челюсти, а затем расслабляет жевательные мышцы, используя метод низкочастотной транскутанной электрической нервной стимуляции ТЭНС (отличается от ТЭНС, используемой большинством стоматологов). Когда мышцы расслаблены, врач определяет оптимальное положение вашей челюсти при помощи современного измерительного оборудования. В записи и использовании таких измерений и состоит главное отличие нейромышечной стоматологии. Нейромышечный стоматолог разрабатывает план лечения, в который входит исправление прикуса и постановка челюсти в оптимальное положение. Применение таких методов как транскутанная электрическая нервная стимуляция ТЭНС, электромиография ЭМГ, компьютеризированное сканирование движений нижней челюсти (CMS, или МКГ) являются необходимой составляющей как диагностики, так и лечения.

### Этапы лечения

**Снятие боли и спазмов.** Прежде всего врач снимает боль или мышечный спазм, вызванный дисфункцией височно-нижнечелюстного сустава. Низкочастотный электрический стимулятор, аппарат ТЭНС, массирует жевательные мышцы, что увеличивает кровоток и стимулирует выброс эндорфинов. Аппарат ТЭНС вызывает также и другие антидромные эффекты.

**Исправление прикуса.** Сняв боль в мышцах, стоматолог обычно переходит к изготовлению ортотика (каппы), который способствует постановке челюсти в нормальное положение. Нормальным считается положение челюсти, в котором мышцы не напрягаются, а суставы остаются здоровыми. Ортотик плотно прилегает к зубам, исправляя прикус. В идеале он не вызывает чувства дискомфорта. Пациенту становится настолько удобнее разговаривать и принимать пищу, что некоторые даже не хотят его снимать.

**Долгосрочный план.** Немного облегчив симптомы дисфункции височно-нижнечелюстного сустава, врач определяет последующие действия, необходимые для надёжного исправления прикуса. На этом этапе ортотик используется для постановки челюсти в правильное положение на протяжении длительного периода времени. Есть различные варианты долгосрочной терапии. Важно, чтобы до назначения операции, ортодонтического лечения, эквilibровки (пришлифовки зубов) или дентальной реконструкции при помощи лечебного ортотика были максимально сняты симптомы дисфункции ВНЧС.

Для снятия болевых ощущений нейромышечные стоматологи часто используют такие методики, как блокада нервов и/или уколы в триггерные точки. Также эффективной техникой лечения является пролотерапия (пролиферационная терапия), позволяющая укрепить связки и сухожилия и быстро уменьшить мышечную боль или тендинит. Также для устранения причин боли может применяться диагностическая блокада.

Блокада крылонебного узла, как вид автономной блокады, может помочь при лечении симпатических и парасимпатических составляющих боли, а также предотвратить возникновение мигрени. Блокада крылонебного узла может проводиться внутриназально при помощи ватной палочки, т.е. без инъекций. Часто от блокады зависит выздоровление при продолжительных хронических болях.

Главная задача нейромышечной стоматологии при лечении дисфункции ВНЧС, головных болей и связанных с ними заболеваний – снять напряжение в жевательных мышцах, мышцах головы, шеи и смежных структур. Мышцы должны вернуться в здоровое состояние после функционирования в нормальном положении. Исправление прикуса возвращает мышцы в правильное положение и снижает нагрузку, вызываемую хроническим неправильным положением челюсти.

Некоторые другие симптомы дисфункции ВНЧС:

- звон в ухе;
- боль в челюсти, которую часто описывают как боль в суставе или в ухе;
- ограничение подвижности, треск или щелканье челюстного сустава;
- боль в мышцах лица (часто на щеках или скулах);
- хроническая зубная боль, ноющая боль или чувствительность без очевидных причин.

Если вы страдаете от частых головных болей и других симптомов дисфункции ВНЧС, обратитесь за консультацией к нейромышечному стоматологу, который назначит подходящее вам лечение и улучшит качество жизни.