

Kaakfysio

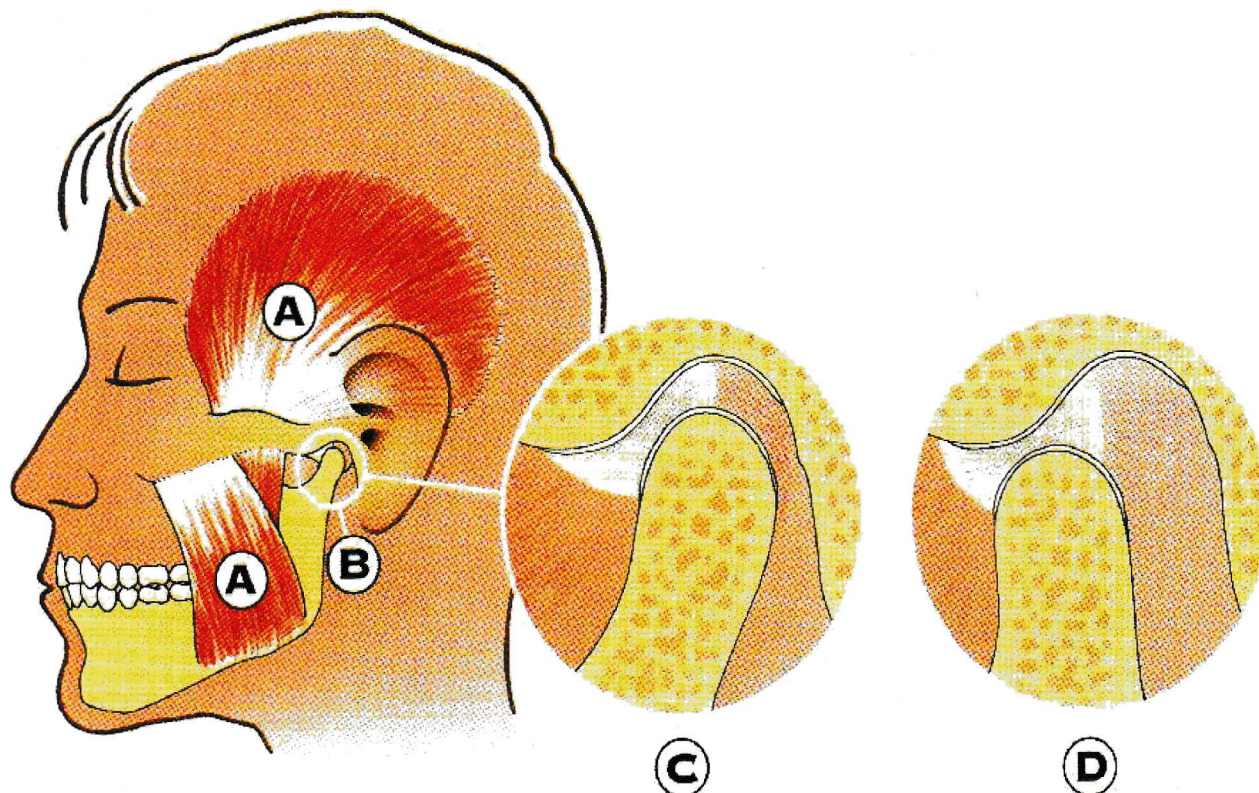
Door: Edith Swart

Al een tijdje had ik last bij kauwen. Het deed pijn bij mijn oor. Bij het groter open doen van mijn mond, voelde ik ook een pijscheut op die plek. Toevallig moest ik voor controle naar de tandarts en vroeg hem wat dit kon zijn? 'Dit moet behandeld worden door een kaakfysio.' Verwonderd keek ik hem aan en antwoordde: 'Nooit van gehoord en waar kan ik therapie voor mijn kaak krijgen?' Het bleek dat dit zelfs in Woerden kon, waar ik woon.

Midden in april dit jaar had ik een intakegesprek bij de orofaciaal fysiotherapeut, die niet alleen kaakklachten behandelt, maar alle klachten aan het hoofd en hals. De tandarts had mij een verwijsbrief meegegeven en o.a. de woorden TMD-pijn geschreven, wat staat voor temporomandibulaire disfunctie oftewel pijn aan en bewegingsproblemen van het kauwstelsel.

De therapeute, die mij behandelde, Saskia Vrickx, was benieuwd hoelang ik al klachten had. Ik kon het eerlijk gezegd niet heel goed herleiden wanneer het precies begonnen is. Ik vermoedde een aantal maanden al kauwproblemen te hebben. Wat mij ook wel was opgevallen dat ik veel tandafdrukken op mijn tong had. Dat is misschien vreemd maar ik wist dat dit probleem al ooit eerder onderzocht te maken had met tandenknarsen. TMD-pijn wordt onder meer veroorzaakt door overbelasting van spieren en dat kan ontstaan door tandenknarsen. Mijn echtgenoot, die net als ik doof is, stoort zich niet aan het nachtelijk geknars van mij, maar op een vakantie kon mijn horende zus mij vertellen, dat het een verschrikkelijk hard geluid is.

De therapeute bekijkt niet alleen de fysieke pijn, maar vraagt zich ook af er een geestelijke reden is, dat ik me tot tanden toe bewapen of



's nachts ga tandenknarsen. Het is niet zo dat je al je problemen moet gaan vertellen. Als je je maar bewust bent van een aantal zaken die invloed kunnen hebben. Inderdaad speelde er van alles in mijn leven, waar ik doorheen moet. Overdag lijkt het alsof je dat gemakkelijk wegwuift, maar in de nacht in je onderbewustzijn kan je het behoorlijk gaan verwerken en zet je je tanden erin. Tenminste zo lijkt het.

Het probleem van tandenknarsen was dermate groot, dat mijn kaakgewricht geblokkeerd was. De behandeling was in het begin niet echt vredelievend. Je moet je voorstellen dat je arm uit de kom is en na 1, 2, 3 tellen trekt men het armgewricht, de bol, weer recht in de kom. Mijn mond kon niet meer ver genoeg open en na een telmoment, maakte de therapeute de mond met een ruk groter open. Begrijpelijk dat dit bij de patiënt beantwoord werd met een oorverdovende schreeuw: 'Auw'. Maar wonderwel erna voelde ik dat er zoveel meer souplesse was in het gewricht.

Huiswerk kreeg ik ook mee. Allerlei spieren van hoofd en hals waarvan je niet zou denken dat dit ermee te maken kon hebben, moeten elke dag worden gemasseerd. Er kwam nog meer bewustwording bij me dat ik al geruime tijd op mijn koontjes een soort van spierpijn had. Of dat ik toch wel een raar soort hoofdpijnlachten had. Nu kreeg ik door dat er al veel langer klachten waren aan mijn hoofd en hals, want dit stoorde mij al veel langer dan dat ik kauwproblemen had.

Mijn behandeling zit er bijna op. De laatste tijd besteedt de therapeut veel aandacht aan mijn houding. Door mijn evenwichtsstoringen veroorzaakt door mijn doofheid, ben ik ook wat onzeker ter been geworden en ben ik bang om te vallen. Ik kijk als ik loop naar beneden en dat geeft een foute houding van hals en nekspieren. Ook dat kan weer hoofdpijnlachten geven. Het zal



duidelijk zijn dat ik nu mijn specifieke casus beschreven heb. Er zijn echter nog zoveel andere klachten die een orofaciale therapeut behandelt. Neem eens een kijkje op www.nvof.nl of www.defysiotherapeut.com of bij Saskia Vrickx www.fysio-de-hoofdzaak.nl

Orofaciale fysiotherapie is een specialisatie binnen de fysiotherapie die zich richt op de behandeling van klachten rond het hoofd en de hals. In de volksmond heeft men het ook wel over 'kaakfysiotherapie' omdat klachten in het kaakgebied vaak een reden zijn de orofaciaal fysiotherapeut in te schakelen.