

## Øvelser

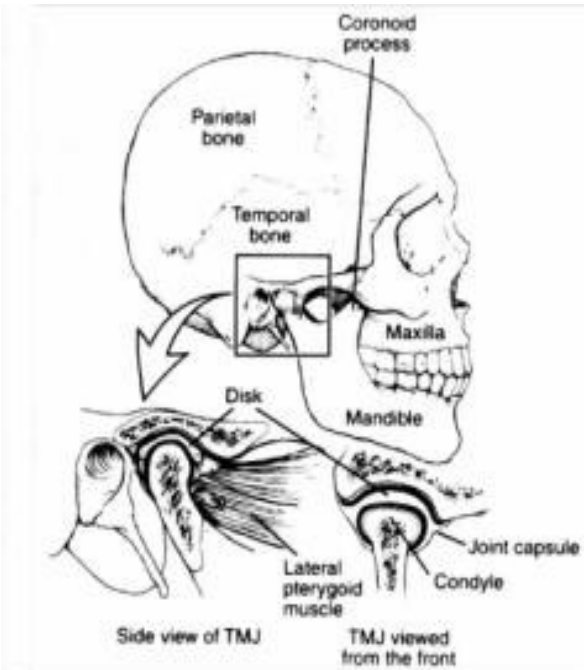
Underkæben forsøges løsnet med side-, frem- og tilbage bevægelser

## Massage

Skulder- og nakkemuskler  
Tindinge- og kindmuskler

Vibrator-varme massage apparat kan forsøges

## Kæbeleds-problemer



Øre-, næse og halsklinikken

Dyrehavevej 19

Hillerød

Tlf. 48267730

Kæbeleddet er det mest brugte led og kæbemusklerne er aktive også når munden er lukket

Kun ved søvn slapper musklerne af

Kæbeleds-problemer kan fører til øre symptomer

### **Årsag**

Tænderskæren (om natten)

Manglende tænder

Dårligt tilpassede proteser

Kæbeledsløshed/ hævelse (irritation, gigt)

Kæbebrud eller forstuvning

### **Medfører**

Infiltration i kæbemusklerne

### **Behandling**

Rette tandproblemer:

Tandskinne

Optimerer sammenbidet

Smertestillende:

Panodil

Diclon

Kodein

Afstresse:

Binyrebarkhormon

Behandling ved vedvarende smerter el. hævelser