

Øvelser

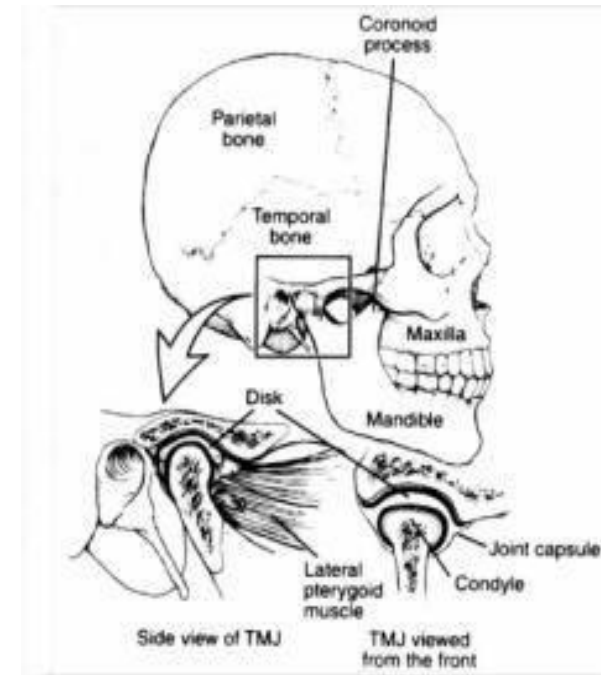
- Underkæben forsøges løsnet med side-, frem- og tilbage bevægelser.

Massage

- Skulder- og nakkemuskler
- Tindinge- og kindmuskler

Vibrator-varme massageapparat kan forsøges.

Kæbeleds- problemer



Øre-næse-hals-klinikken
Dyrehavevej 19
3400 Hillerød
Tlf.: 4826 7730
www.dyrehavevej19.dk

Revideret oktober 2018/hr

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

Kun ved søvn slapper musklerne af.

Kæbeleds-problemer kan føre til øresymptomer.

Årsag

- Tænderskæren (om natten)
- Manglende tænder
- Dårligt tilpassede proteser
- Kæbeleds-løshed/hævelse (irritation, gigt)
- Kæbebrud eller forstuvning

Medfører

- Infiltration i kæbemusklerne

Behandling

- Rette tandproblemer:
 1. Tandskinne
 2. Optimere sammenbidet (slibning)
- Smertestillende:
 1. Panodil
 2. Diclon
 3. Kodein
- Afstresse:
 1. Binyrebarkhormon
behandling ved vedvarende smerter eller hævelser.

