

Name, Vorname: ..... geb.: .....

Köln, den .....

**CMD - Selbsttest**

Dies ist ein Fragebogen zur Ermittlung funktioneller Störungen des cranio-cerviko-mandibulären Systems (s. CMD). Mit Hilfe dieser Selbsteinschätzung können Sie prüfen, ob Sie eventuell an einer CMD leiden. Dieser Test ersetzt nicht den Arztbesuch.

Sollten Sie mehrere Fragen mit „Ja“ beantworten, ist es sinnvoll bei Ihrem Zahnarzt abzuklären, ob eventuell ein Behandlungsbedarf bzw. ein Zusammenhang zwischen Ihren Beschwerden und dem Kausystem besteht.

Bitte beantworten Sie folgende Fragen:

	Ja	Nein
1. Ist Ihre Unterkieferbeweglichkeit eingeschränkt (z.B. geringe Mundöffnung)?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. Leiden Sie unter Schmerzen in der Ohr- und Kiefergelenksregion?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. Gibt es druckempfindliche Muskelstellen im Wangen-, Schläfen- oder Kieferwinkelbereich?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. Beobachten Sie Geräusche beim Öffnen oder Schließen des Mundes?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<hr/>		
5. Weisen Ihre Zähne für Ihr Alter übermäßige Risse oder Schleifspuren auf?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. Leiden Sie unter Ohrgeräuschen oder Tinnitus?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7. Haben Sie das Gefühl, dass Ihr Biss nicht stimmt?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8. Knirschen oder pressen Sie mit den Zähnen?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<hr/>		
9. Hatten Sie jemals einen Unfall mit Schädigungen im Hals-/Kopfbereich?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10. Leiden Sie unter Kopfschmerzen und Migräne?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11. Ist Ihre Nacken- und/oder Schultermuskulatur häufig verspannt?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12. Haben Sie Gleichgewichtsstörungen oder Schwindelgefühl?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13. Leiden Sie unter Schlafstörungen oder Tagesmüdigkeit?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

**Hinweis:**

Eine Funktionsanalyse des Kausystems im Sinne einer Vorbeugung von CMD ist immer dann sinnvoll, wenn eine umfangreiche prothetische (z.B. Kronen, Brücken oder abnehmbarer Zahnersatz), kieferorthopädische oder implantologische Maßnahme geplant ist, um mögliche Risiken vor Beginn der Therapie zu erkennen und bei der weiteren Behandlung berücksichtigen zu können.

Sprechen Sie Ihren Zahnarzt vor Beginn umfangreicher Behandlungsmaßnahmen darauf an.