

Funktionsstörningar i käksystemet (Temporomandibular disorders, TMD)

Uppdaterad 29.11.2013 (7.2.2014)

Behandlingsresultaten av funktionsstörningar i käksystemet (TMD, temporomandibular disorders) är i allmänhet goda. Det finns många behandlingsmetoder. Funktionsstörningarnas svårighetsgrad, patientens individuella problem och andra sjukdomar beaktas vid planeringen av vården. Egenvård enligt tandläkarens anvisningar säkerställer en lyckad behandling.

Med käksystemet avses käklederna, tuggmuskulaturen, tänderna och angränsande strukturer. Typiska symptom vid funktionsstörningar i käksystemet, TMD, är käkledsljud, smärta över käkleden och tuggmuskulaturen, begränsad gapförmåga samt störningar och svårigheter i underkäkens rörelsemönster. Andra symtom är bl.a. huvudvärk, ansiktssmärta och öronvärk.

TMD-besvären är vanligt förekommande och är näst efter tandvärk det vanligast förekommande smärttillståndet inom ansikts- och huvudområdet, som gör att patienten söker vård. Hos kvinnor är besvären 3–4 gånger vanligare än hos män och oftast är det 35–50-åriga kvinnor, som lider av dem. Besvären förekommer också relativt ofta hos barn och ungdom men i allmänhet i lindrigare form.

TMD-besvären kan vara lindriga och kräver inte alltid automatiskt behandling. Ibland kan det räcka med enbart information och rådgivning. Vårdbehovet hos finländare är uppskattningsvis 7–9 %. Besvären kan vara muskulärt betingade, käkledsbetingade eller

en kombination av dessa. Diagnosen grundar sig på anamnes, noggrann klinisk undersökning kompletterad med röntgenologiska och eventuellt övriga undersökningar.

Predisponerande faktorer

Skador och trauman i ansikte och käkar, felställningar av tänderna, tandgnissling, slitage av tänderna, knäppningar i käklederna, vissa allmänsjukdomar såsom reumatiska sjukdomar, samt genetiska och psykosociala faktorer är viktiga vid uppkomsten av besvären.

Diagnostik

En korrekt diagnos är inte alltid lätt att göra och diagnosen är inte alltid entydig. Typiska symptom är knäppningar och skrapljud i käklederna, trötthet eller styvhet eller smärta i käkarna, huvudvärk, samt svårigheter att gapa. Patienterna beskriver vanligen sin smärta som obestämd, molande, irriterande bakgrundssmärta. Besvären varierar och är i allmänhet ensidiga eller mera dominerande på någondera sidan och är ofta värre på morgonen.

Symtomen kan utlösas av tuggning, kyla, drag, dåligt fungerande proteser, eller t.ex. av en nylagad alltför hög fyllning. Övriga utlösande faktorer är t.ex. skador inom huvudområdet, slag mot käken eller bilolyckor. Tandgnissling och -pressning, överdrivet tuggummituggande och nagelbitning, kan förorsaka problem som spänningshuvudvärk, vilket är ett mycket vanligt förekommande symptom vid funktionsstörningar. Vidare skall allmänsjukdomar såsom fibromyalgi, reumatiska sjukdomar samt psykosociala faktorer beaktas.

Vid diagnostik av TMD-besvär hos barn intervjuas föräldrarna om tumsugningsvanor och om användandet av napp samt om tuggummituggande. Tandgnissling hos

småbarn är relativt vanligt under uppväxten och upphör oftast i sinom tid. Tandgnissling kräver i allmänhet ingen behandling om den inte förorsakar symtom.

Klinisk undersökning

En klinisk rutinundersökning av käksystemet görs i samband med årsgranskning hos tandläkare. När patienten kommer till mottagningen på grund av funktionsstörning i käksystemet är undersökningen mera omfattande. Underkäkens rörelser, käklederna och tuggmusklerna undersöks. Radiologisk undersökning kompletterar den kliniska undersökningen och är nödvändig för att utesluta eventuella andra orsaker.

Differentialdiagnostik

Ansiktssmärter förorsakade av andra orsaker, olika former av huvudvärk, öronsmärta samt problem i nackområdet, fibromyalgi och ledproblem i samband med allmänsjukdomar bör uteslutas.

Tandsmärtor

Ilande tänder ger ofta upphov till smärta. Orsaken kan vara blottade tandhalsar. Hälften av ilningarna förorsakas av dåliga tandfyllningar, sprickor i tänderna och tandinflammationer.

Smärta förorsakad av tandinflammation kan stråla upp mot örat, kinden eller tinningen och kan vara svår att diagnostisera. Smärtan finns dock alltid på samma sida av käken som den skyldiga tanden. Om tandvärken är svår, krävs ofta rotbehandling. Ibland kan orsaken bero på infekterade visdomständer och ibland på problem i närliggande områden t.ex. inflammation i bihålorna.

Kom ihåg att om smärtan inte försvinner eller förvärras skall tandläkare alltid kontaktas.

Allmänsjukdomar och käkleden

Allmänsjukdomar som t.ex. reumatiska sjukdomar, kan angripa käkleden. I akuta skeden skall inflammationsprocessen dämpas och symtomen lindras. Tandläkaren behandlar patienten i samråd med patientens egen läkare. När de akuta symtomen avklingat, är målet att förbättra käksystemets och käkledernas funktion. Bettskenor och vid behov bettstabiliserande åtgärder med hjälp av stabiliseringslipning och/eller protetisk behandling kan bli aktuella. Fysikalisk behandling och kortisoninjektioner i käkleden hör även till behandlingsmetoderna. Behandlingen planeras individuellt utgående från patientens behov.

Syfte med bettfysiologisk behandling: minska smärta att återställa en normal funktion

Målet för all bettfysiologisk behandling är smärtlindring, en minskning av belastningen av muskler och käkleder samt att återställa normal käkfunktion. Behandlingen baserar sig alltid på patientens individuella behov. Genom att kombinera olika metoder uppnås i allmänhet bättre resultat.

Patientinformationen är viktig. Patienten skall upplysas om att besvären är mycket vanligt förekommande, och att de ofta beror på en samverkan av olika faktorer som t.ex. bettet, tandgnissling eller -pressning och stressfaktorer. Patienten skall också informeras om den överlag goda prognosen. Vid akuta besvär ger tandläkaren information om smärtstillande medel, avslappningsövningar, lokal applisering av värme och kyla.

Många olika behandlingssätt

Bettskenan är en ofta använd behandlingsmetod. Vid akuta besvär behövs även farmakologisk behandling till

exempel parasetamol eller anti-inflammatoriska läkemedel. Tandläkaren utgår från besvärens svårighetsgrad och patientens eventuella övriga medicinering.

Fysioterapi kan vara till nytta för att behandla smärttillstånd. Det finns ett brett spektrum av behandlingar, allt från manuell behandling av tuggmusklerna och rörelseträning till akupunktur. Rörelseträning utförd av patienten själv syftar att förbättra käksystemets funktion.

I vissa mera avancerade fall kan en stabiliseringsslipning, en protetisk bettrehabilitering i kombination med t.ex. tandreglering bli nödvändig. Vid svåra käkledsproblem måste ibland kirurgi tillgripas.

TMD-besvär hos barn och ungdomar skiljer sig inte från vuxnas. Behandling med bettskena och rörelseträning är de vanligaste behandlingsformerna.

Viktigt att komma ihåg

Behandling av TMD-besvären ger i allmänhet goda resultat.

Behandlingen skräddarsys för patienten och påbörjas ofta med rådgivning om egenvård samt med någon form av bettskena.

Tandläkaren kan också remittera patienten till fysioterapi.

Om patienten lider av t.ex. reumatiska sjukdomar sker behandlingen i samråd med läkare.

Se också [Rörelseövningar för undre käken](#) och [Massage av tuggmuskulaturen](#) för TMD-patienter (på finska).

Om du har en bettskena, hittar du anvisningar om hur du ska sköta den [här](#).

Texten har bearbetats utgående från läkarsällskapet Duodecims God praxis-rekommendation bearbetats av redaktör **Tellervo Aho**. Den har granskats av professor, specialtandläkare i bettfysiologi **Yrsa Le Bell** vid Åbo Universitet samt odont.lic, specialtandläkare i hälsovårdsförvaltning **Anne Hiiri** vid Finska Tandläkarsällskap Apollonia. Uppdateringen 2013 har dessutom granskats av God praxis-redaktören, specialisttandläkaren i parodontologi **Marja Pöllänen** från Åbo.

Översättningen till svenska är bekostad av **Finska Läkaresällskapet**.

Ansvarsbegränsning

God medicinsk praxis-rekommendationerna är sammandrag gjorda av framstående experter gällande diagnostik och behandling av bestämda sjukdomar. De ersätter inte läkarens eller annan hälsovårdspersonals egen bedömning av vilken diagnostik, behandling och rehabilitering som är bäst för den enskilda patienten då behandlingsbeslut fattas.



Käypä hoito

Terveystuella tueksi
– potilaan parhaaksi.