

# Die Angst im Nacken & CMD

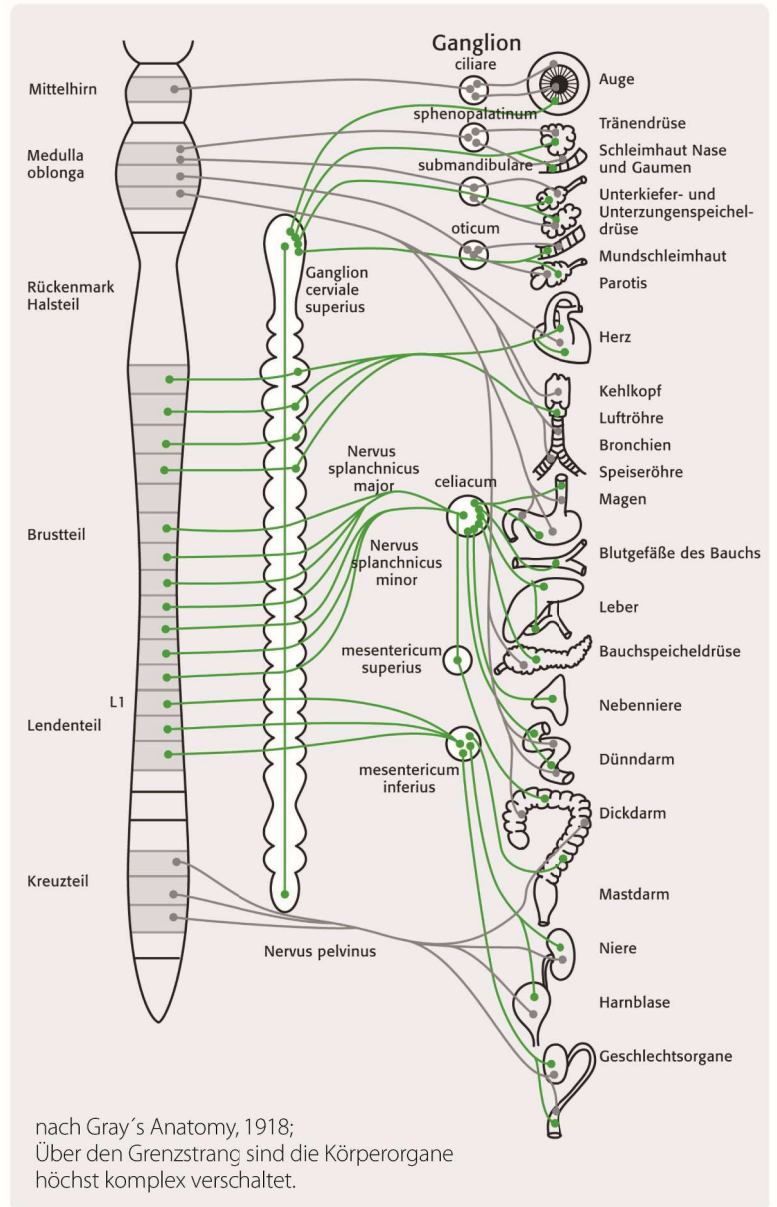
## Die Bedeutung des Grenzstrangs und seine gezielte Therapie

Patienten mit craniomandibulärer Dysfunktion sind meist auch im Hals-/Nackенbereich verspannt. Die Beweglichkeit des Kopfes ist dabei eingeschränkt und löst bei endgradigen Bewegungen Schmerzen aus. Triggerpunkte am Rücken strahlen in den M. Temporalis sowie Masseter ein. Muskeln können auch lokal druckschmerzhaft sein. Weitere „Kopfsymptome“ wie Konzentrationsstörungen, Spannungskopfschmerzen, Augendruck und Tinnitus hängen nicht selten mit Bruxismus oder Zähnepressen zusammen. „Stress“ wird dafür verantwortlich gemacht und könnte sich mit Flucht- und Kampfgedanken buchstäblich als Angst im Nacken manifestiert haben. Dies ist das allseits bekannte archaische Muster schlechthin.

Diesem Komplex begegnen wir durch systemische Körper-Psychotherapie: Dabei setzen wir primär bei der Muskulatur sowie dem cervicalen und thorakalen Grenzstrang an. Denn diese steuern die Kopfgänge. Der Grenzstrang sorgt im gesunden Menschen für die sympatho-vagale Balance. Ein Sympathikus betontes Leben, wie in unserer Gesellschaft zunehmend üblich, verschiebt diese Balance im Laufe der Jahre. Je nach individueller Sensibilität äußert sich das Sympathikus betonte Leben früher oder später in den bereits erwähnten „Kopfsymptomen“. Diese Symptome sind an Verspannungen gekoppelt bzw. an ein Nicht-Mehr-Loslassen-Können. Offensichtlich „ummantelt“ die verhärtete Muskulatur die Grenzstrangganglien im Laufe der Zeit immer mehr und triggert so die Stress-Symptomatik unspezifisch. Die Praxis der letzten Jahre zeigt, dass die Matrix-Rhythmus-Therapie bei CMD-Patienten muskuläre Verspannungen im Bereich des cervico-thorakalen Übergangs bis in die Tiefe löst. Gemeinsam mit zeitgleichem Coaching zur Verbesserung des Selbstmanagements erfolgt die weitere Reduktion der sympathikotonen Last und Symptome verschwinden. Jig-Schienen wirken wunderbar ergänzend. Ziel ist es, die ursprüngliche Plastizität und Elastizität von Körper und Geist wieder herzustellen.



Behandlungsbild: Das Matrixmobil baut ein Wellenmuster auf, welches sanft in die natürliche Eigenrhythmik der Muskulatur von 8 bis 12 Hz einkoppelt und diese verstärkt. Bis an die Wirbelsäule werden die verklebten Fascien, Muskeln, Sehnen, Kapseln und Bänder wieder gelöst, damit die Regeneration auf zellbiologischer Ebene stattfinden kann.



**Dr. med. Ulrich G. Randoll**  
Arzt in eigener Praxis  
München