

# Kiefergelenkbalance

**R.E.S.E.T.** (nach Philip Rafferty, Kinesiologe aus Australien)

**R.E.S.E.T** - Rafferty Energie System zur Entlastung des TMG (Kiefergelenks)

R.E.S.E.T. ist ein ganzheitliches und sanftes, manuelles Therapieverfahren, das die Region um das Kiefergelenk entspannt und wieder ins Lot bringt. Durch gezielte Handpositionen (ohne Manipulation), werden die Kiefermuskeln entspannt und das Kiefergelenk ausgeglichen.

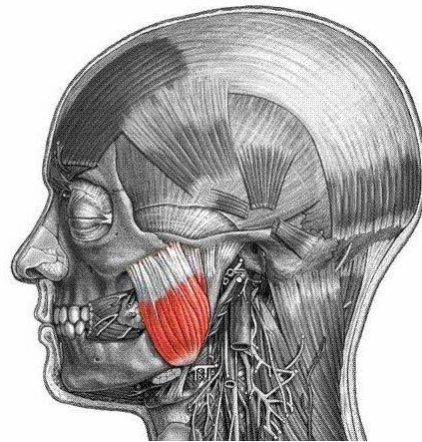
## Die Kiefergelenke sind für den gesamten Körper von zentraler Bedeutung!

Viele Bereiche unseres Körpers werden durch unser Kiefergelenk beeinflusst:

- **das Skelett**
- **die Muskulatur**
- **das Nervensystem**
- **die Meridiane (Energiebahnen im Körper)**
- **die Wasserversorgung**

## Ein entspanntes Kiefergelenk ist wichtiger als man denkt.

Es ist unser stärkstes Gelenk und durch Nerven und Muskeln über die Schädelknochen und die harte Hirnhaut mit der Halswirbelsäule verbunden. Die wiederum ist Teil der Wirbelsäule und nimmt Einfluss auf den gesamten Wirbelkanal und somit auf den ganzen Körper. Das Kiefergelenk spielt in der Kommunikation der Kopf-Steißbein-Achse und für die Rückkopplungsfunktion zwischen Gehirn und Muskulatur eine zentrale Rolle und beeinflusst fast alle Körperfunktionen und Organsysteme.



Viele Störungen oder Krankheiten, medizinische Eingriffe, Schmerzen, lagern sich als Körper-Erinnerung im Kiefergelenk ab. Wir „beißen die Zähne zusammen“, „haben uns festgebissen“, „halten den Mund“ und entwickeln so Kiefertraumen aus weit zurückliegendem Stress. Zähneknirschen, Schmerzen beim Kauen, Nacken- Kopfschmerzen usw. sind oft die Folge. Denken Sie bei Rücken- oder Nackenschmerzen in Zukunft auch an Ihren Kiefer.

R.E.S.E.T. löst nicht nur die Muskeln im Kieferbereich, sondern auch den darunter liegenden, emotionalen Stress, was somit den ganzen Körper positiv beeinflusst.

## Ein entspannter Kiefer bedeutet ein balancierter Körper!

Unser Kiefergelenk hat eine Schlüsselrolle in der Körperstatik, da unser Kiefergelenk, das Keilbein und der Atlas (1. Halswirbel) in Interaktion miteinander stehen und für die Statik unseres Körpers verantwortlich sind. In der Osteopathie wird gelehrt, dass unser Skelett am Keilbein „aufgehängt“ ist. So ist es einleuchtend, dass Kiefergelenksprobleme viele Beschwerden auslösen können, welche man auf den ersten Blick nie miteinander in Verbindung bringen würde.

Die Funktion der Muskeln des Bewegungsapparates, des Verdauungstrakts und des Nervensystems können beeinträchtigt werden.

### Hauptsymptome

- Nächtliches Zähneknirschen / knacken oder Reibegeräusch der Kiefergelenke
- Verspannte Schultern, Nackensteifigkeit
- Schmerzen im Bewegungsapparat
- Tinnitus / Ohrdruck / Hörminderung
- Sehstörungen
- Verdauungsprobleme
- Kopfschmerzen / Migräne
- Trigeminusneuralgie
- Schluckbeschwerden
- Schlafstörungen

### Hauptanwendungsgebiete

- Fibromyalgie
- Nacken- / Schulter- / Rückenschmerzen
- Dauerstress / chronische Überlastung
- Chronische Müdigkeit
- Chronische Nebenhöhlenentzündungen
- Vor und nach Zahnbehandlungen / Zahnextraktionen
- Unfälle wie z.B. Schleudertrauma, Schlag, Autounfall, etc.
- Konzentrationsschwierigkeiten / Lernprobleme
- Frauenspezifischen Beschwerden / Blasenprobleme
- Wasserhaushalt / Ausscheidung von Giftstoffen
- Lösen alter, unbewusster Emotionen
- Ausgleichen des Meridiansystems

### Behandlung

Eine **R.E.S.E.T.**- Balance läuft in zwei Behandlungsschritten ab. Die erste Behandlung wird bei geöffneten Augen durchgeführt. Die zweite Behandlung erfolgt bei geschlossenen Augen. Dabei kann sich ein Zugang zu tiefer liegenden Stressoren öffnen. Die Behandlung wird idealerweise im Liegen, zur besseren Entspannung, durchgeführt. Kann bei Bedarf auch im Sitzen angewendet werden.

