



## Merkblatt Bionator

Der Bionator ist **keine** gewöhnliche Klammer, denn er bewegt die Zähne nicht unter Druck mit Schrauben oder Federn, sondern durch eine harmonische Entwicklung des gesamten Mundraumes stellen sich die Zähne an ihrem richtigen Platz ein.

**Der Bionator beeinflusst diese Entwicklung insgesamt positiv. Je länger das Gerät am Tag getragen wird, umso schneller verläuft die harmonische Mundraumentwicklung.**

Diese Methode ist sanfter und schonender als die Anwendung von Fremdkräften, wirkt allerdings nur, wenn sich das Gerät am Tag - außer zum Essen und bei sportlicher Betätigung - und auch in der Nacht **immer** im Mund befindet.

Der Bionator darf nicht drücken oder klemmen, er muß ganz locker im Mund liegen. Die Schlaufen an den Seiten halten den Druck der Wange ab, und der Bügel am Gaumen orientiert die Zunge an den richtigen Platz.

Um die Zunge zu trainieren, wird das Gerät mit der Zunge aus dem Mund herausgeschoben und beim Einsetzen auch mit der Zunge wieder in den Mund hereingeholt. Es ist darauf zu achten, daß die Lippen geschlossen werden und die Luft durch die Nase eingeatmet wird.

Bei erschwertem Lippenschluss halten Sie bitte Ihr Kind an, die entsprechenden Übungen zum Lippenschluss (s. Rückseite) eifrig anzuwenden. Wenn sich die Zunge beim Sprechen zwischen die Zähne legt, sollte besonders viel mit dem Bionator gesprochen werden. Bei manchen Patienten ist eine begleitende logopädische Behandlung, die sogenannte "Myofunktionelle Therapie", während einer kieferorthopädischen Bionatorbehandlung erforderlich.

Es besteht nicht nur eine Wechselwirkung zwischen der Kieferstellung und der Zungenlage, sondern auch der Nasenatmung, der Entwicklung der Nasennebenhöhlen und somit auch der gesamten Mundraumentwicklung, dem Lymphabfluss im Halsbereich und der Stellung der Halswirbelsäule sowie der gesamten Wirbelsäule bis zum Becken und darüber hinaus bis zu den Füßen.

Der Bionator wirkt also nicht nur auf den Mundraum, sondern richtet gleichzeitig die Halswirbelsäule und die gesamte Wirbelsäule auf, was zu einer besseren Haltung führt. Deshalb werden unterstützende Übungen zur Körperhaltung durchgeführt (s. Anlage). Wichtig ist, dass bei allen Übungen der Bionator im Mund getragen wird.

Hat sich im Kopfbereich bereits ein Lymphstau gebildet, ist es wichtig, durch Streichmassage mit Lymphsalbe diesen Lymphstau zu beseitigen, da er sonst eine harmonische Mundraumentwicklung behindert. Homöopathische Mittel zur Anregung des Lymphabflusses können dabei hilfreich sein.

Regelmäßige Magnetfeldbehandlung kann diese Entwicklung insgesamt positiv beeinflussen. Wir empfehlen bei jeder Kontrolle des Bionators 10 Minuten Magnetfeldtherapie mit einem Magnetfeldgerät, das besonders für die Einflussnahme auf den Kieferbereich entwickelt wurde.

## **Eine gute Nasenatmung und ein kräftiger Lippenschluss sind wichtig für die Kieferentwicklung!**

Es gibt Kinder, die ständig ihren Mund halboffen halten. Die Eltern und Bekannten gewöhnen sich vielleicht an diesen Anblick, ohne dabei Schlimmes zu ahnen.

Der fehlende Lippenschluss wird allerdings negative Folgen für die Kieferentwicklung haben, weil die Kinder noch wachsen und das Gesicht sich formt. Der Druck der Lippenmuskulatur auf die Kieferbögen beim Lippenschluss fehlt, es überwiegt der Druck der Wangenmuskulatur und die Kiefer verformen sich.

Außerdem entwickelt sich eine unnatürliche Mundatmung, die zu Verkümmern der Nasennebenhöhlen und zu einer schmalen und spitzen Ausformung des Gaumens führt. Die Folgen sind neben eng stehenden Zähnen eine verstärkte Neigung zu Infekten und eine Vergrößerung der Gaumen- und Rachenmandeln.

Auch die Zunge verändert ihre Lage in dem zu schmalen Kiefer, und es entwickeln sich Sprach- und Schluckstörungen.

Spätestens bis zum Schulbeginn, besser aber noch früher, sollte jedes Kind lernen, den Mund geschlossen zu halten.

### ***Was kann man dafür tun?***

Lippenmuskel- und Nasenatmungstraining kann lustig sein und Spaß machen!

Hier ein paar alltagsgerechte Tipps:

1. Getränke möglichst mit dem **Strohalm trinken** lassen
2. **Melodien summen** lassen, Kammbblasen, **pfeifen**
3. **Erinnerungsticker** mit geschlossenen Lippen an Spiegel, Schulheften, Fernseher u.a. befestigen
4. **Esspapier** in Streifen schneiden und zwischen die Lippen legen beim Lesen, Spielen oder bei den Hausaufgaben - gehen die Lippen gewohnheitsmäßig auseinander, klebt das Blättchen dazwischen und erinnert das Kind an den Lippenschluss.
5. **Wettkämpfe**, bei denen tief durch die **Nase geatmet** wird:
  - Kniebeuge - wer schafft die Meisten?
  - **Pendeln**: Knopf an einen Faden binden und den Faden mit geschlossenen Lippen halten - wer hält am Längsten?
  - Wattebällchen blasen: Wattebausch am Faden halten und wegblasen - wer bläst am Weitesten?
  - Tauziehen: Zwei große Knöpfe mit einem Faden verbinden und die Knöpfe mit den Lippen festhalten (Übung für zwei Kinder) - wer am Besten hält, hat gewonnen!
6. **Riechspiele** aktivieren ebenfalls die Nasenatmung - wie das Aufstellen von Duftlampen mit gut riechenden Essenzen.

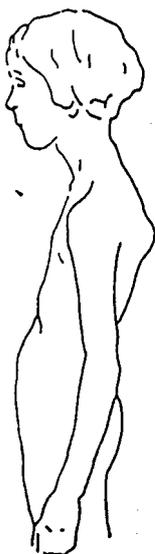
**Alle Atemübungen sollen die Nase und das Zwerchfell als Hauptmuskel zu einer optimalen und kräftigen Atemfunktion trainieren.**

# Bewährte Atmungs-, Haltungs- und Bewegungsübungen während der Bionatorbehandlung nach Prof. Dr. Dr. W. Balters

1. Rückenlage auf flacher Unterlage. Hochziehen der Knie und Strecken der Lendenwirbelsäule. Aufstellen der Beine in Winkelstellung.
2. Hebe- und Senkbewegung von Brust und Bauch im Wechsel, bis zu 10 mal **ohne Atmung**.
3. Bewußte Ausatmung durch den Mund mit Ein- und Hochziehen des Bauches (Hebung des Zwerchfelles!). Einatmung durch die Nase bei geschlossenem Mund.
4. Wiederholung der Übung 3 in der rechten und linken Seitenlage bei angezogenen Knien.
5. Bei aufrechter Haltung Neigung des Kopfes zur Seite, bis die angehobene Schulter das Ohr erreicht, im Wechsel nach rechts und links.
6. Kopfdrehbewegung über die linke Schulter, Blick zur rechten Ferse, im Wechsel Drehbewegung über die rechte Schulter und Blick zur linken Ferse.
7. Bedecken der Nasenöffnung mit einem weichen Papierstreifen und durch Anziehen der Luft so lange wie möglich festhalten.  
• **Übung A 1**
8. Auflegen eines Sandsäckchens o.ä.. Im Gehen Längen, Strecken und Aufrichten von Hals-, Brust- und Lendenwirbelsäule.
9. Festhalten eines leichten Gegenstandes wie Eßpapier, Holzspatel o.ä. mit den Lippen - nicht den Zähnen! - zur Förderung der Nasenatmung.  
• **Übung A 2**
10. Bewegungsübungen der Wirbelsäule vorwärts und rückwärts verbunden mit Atmungsübungen und Gummibandführung.  
• **Übung B**
11. Bewegungsübungen der Wirbelsäule nach links und rechts seitwärts mittels Ballführung und Atmungsübungen.  
• **Übung C**

**Bei allen Übungen Bionator tragen !**

## Übung A – Haltungs- und Atmungsübung

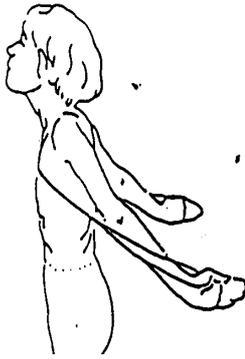


**A1** Strecken und Aufrichten von Hals-, Brust- und Lendenwirbelsäule gefördert durch Auflegen eines Gewichtes ( Buch )

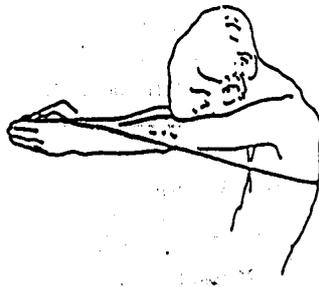


**A2** Lippenschlußübungen zur Förderung der Nasenatmung mit Festhalten eines leichten Gegenstandes durch die Lippen

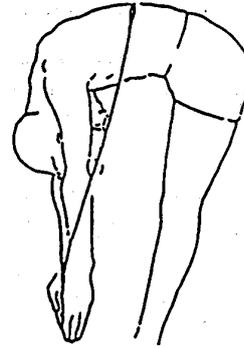
## Übung B – Gummizugübung



1.  
einatmen  
Rumpf strecken

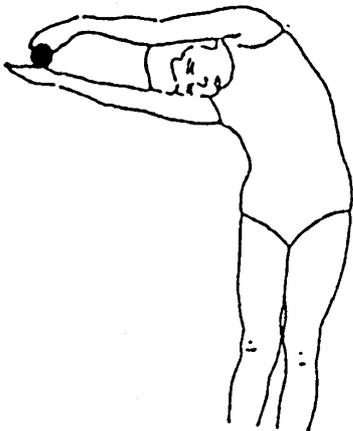


2.  
Armkreisen rückwärts und  
Gummiband über den  
Kopf zum Rücken führen

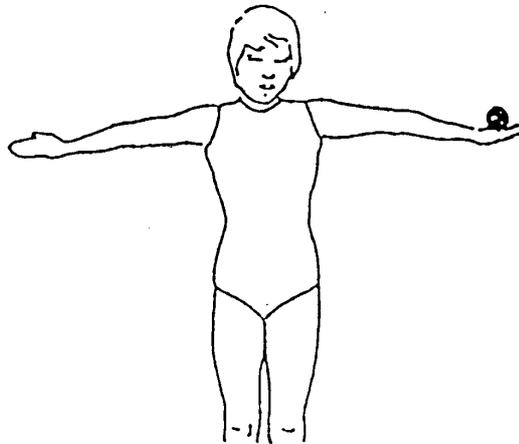


3.  
ausatmen  
Rumpf beugen  
auspendeln

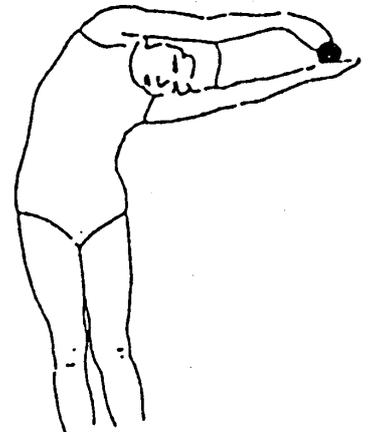
## Übung C – Ballübung



1.  
ausatmen  
Rumpf seitwärts beugen  
bei gestreckter Wirbelsäule  
Ball von flacher Hand abheben.



2.  
einatmen  
aufrichten



3.  
ausatmen  
Rumpf beugen zur entgegen-  
gesetzten Seite. Arme und  
Wirbelsäule gestreckt nicht  
nach vorn kippen!

**Bei allen Übungen Bionator tragen!**