

# **Suche Erfahrungen mit Kuraufenthalt bzw. verminderte Dienstfähigkeit Bawü**

**Beitrag von „ellah“ vom 2. Juni 2015 19:28**

Ich fühle mit dir! Meinst du mit "Spange" wirklich eine solche oder eher eine Schiene? Ich trage eine Aufbiss-Schiene (theoretisch den ganzen Tag lang), welche mittels spezieller Messung genau an meinen Kiefer und die Kieferposition angepasst ist. Das hilft mir schonmal etwas. Außerdem Yoga und Manuelle Therapie, wobei du letzteres ja schon machst. An welchen Tagen ist die CMD besser? Merkst du einen Unterschied bei größerem Stress? Denn nur dann würde ja eine Reduzierung überhaupt etwas bringen....