

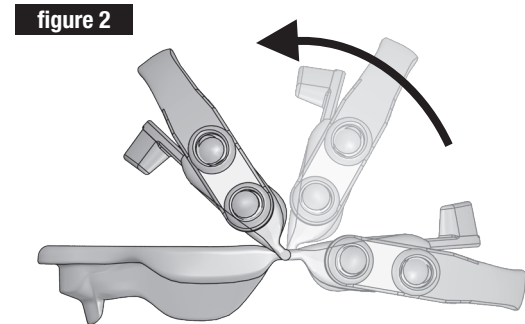
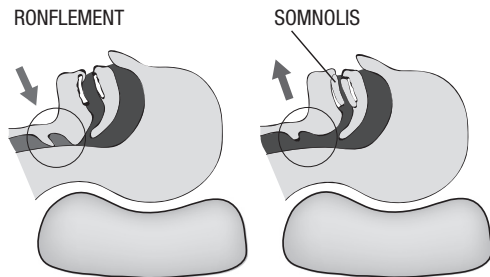
# Somnolis®

## GOUSSIÈRE ANTI-RONFLEMENT

### Principe de fonctionnement, utilisation et réglages

Somnolis avance la mâchoire inférieure de quelques millimètres pour dégager l'arrière langue et libérer le passage de l'air inspiré. Ce principe prouvé cliniquement élimine le ronflement et procure un sommeil réparateur (fig. 1).

**figure 1**  
principe de fonctionnement



Avant de dormir, plier la gouttière et la placer en bouche avec la bande de réglage sur les dents du haut. Éventuellement couper le guide inférieur s'il blesse la gencive (fig. 4). La matière du Somnolis est conforme aux normes médicales et alimentaires, néanmoins elle peut avoir un goût particulier les premières nuits.

4 bandes de réglage souples numérotées de 1 à 4 sont fournies. La bande No 1 est la plus faible et la bande No 4 est la plus forte. Si nécessaire, changer la bande en fonction des critères suivants:

- Si la traction de la mâchoire est trop forte, inconfortable ou que le SOMNOLIS ne tient pas en bouche, utiliser une bande de valeur inférieure (par exemple 1 au lieu de 2).
- Si le ronflement ne diminue pas suffisamment, utiliser une bande de valeur supérieure (par ex. 3 au lieu de 2).

### Indications et contre-indications d'utilisation

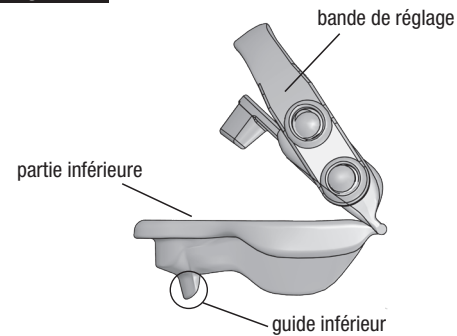
**Somnolis est indiqué pour les cas suivants:**

- Ronflement.
- Apnée en utilisation ponctuelle (voyages), autorisation du médecin impérative.

**Somnolis est contre indiqué en cas de :**

- Port d'une prothèse dentaire amovible ou port d'une prothèse dentaire partielle manquant de tenue en bouche.
- Douleurs de l'articulation mandibulaire.

**figure 3**



- Déchaussement, instabilité de la dentition, mâchoire supérieure ou inférieure comportant moins de 10 dents.

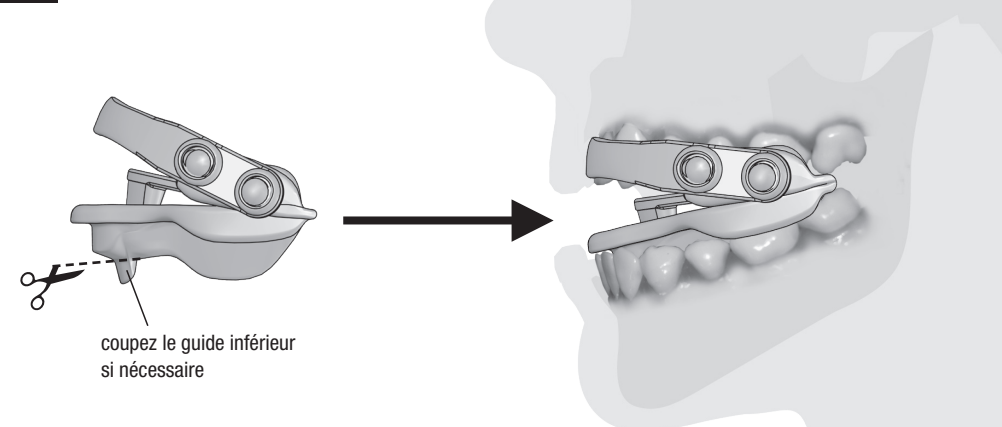
### Important :

En cas d'utilisation régulière (toutes les nuits) et pour une durée prolongée, nous recommandons l'utilisation d'une orthèse d'avancement mandibulaire personnalisée par prise d'empreintes dentaires telle que SOMNOFIT (en savoir plus sur [www.somnofit.com](http://www.somnofit.com).)

### Effets secondaires possibles

- Sensibilité dentaire après retrait de la gouttière au réveil (disparition après avoir serré 3 à 4 fois les mâchoires)
- Douleurs en avant de l'oreille, s'estompant normalement en quelques jours après un port régulier.
- Hypersalivation se réduisant après quelques jours d'utilisation régulière, sécheresse buccale, réflexe nauséux éventuel très rarement observé (disparaît rapidement).
- Déplacements dentaires ou modification de la zone d'occlusion dentaire (position relative des mâchoires supérieure et inférieure en position bouche fermée). Si la mâchoire inférieure ne revient pas à sa position d'origine après retrait du Somnolis, cessez le port de l'appareil. Si des effets secondaires gênants persistent, cessez le port de l'appareil et demandez un avis médical.

**figure 4**



### De quoi faut-il également tenir compte ?

Une visite médicale préalable et des contrôles réguliers de la dentition et de la mâchoire sont recommandés. En cas de doute sur la santé de votre dentition, consulter impérativement votre médecin-dentiste. En cas de fatigue diurne, vous souffrez peut-être d'apnées du sommeil, veuillez consulter impérativement votre médecin pour un bilan complet.

### Entretien, durée de vie, garantie

Le matin, retirer le Somnolis, le rincer et le placer toute la journée dans un verre d'eau tiède avec un comprimé de détartrant anti-bactérien pour dentiers. Rincer à l'eau claire avant la réutilisation.

Contrôler régulièrement l'état général de l'appareil. Les résultats concernant la réduction du ronflement ou de l'apnée ne peuvent en outre pas être garantis car ils sont dépendants de l'anatomie de l'utilisateur. L'appareil doit impérativement être changé en cas d'apparition de fissures, cassures ou d'une dégradation de la matière.

