

## ► Cabinet d'Orthodontie Enfants et Adultes du Dr. Valérie GOU...

Orthodontiste Spécialiste à Nogent sur Marne

📍 4 bis place du Général Leclerc 94130 Nogent sur Marne

☎ Tel. : +33 1 48 75 39 65

🌐 [www.orthodontiste-nogentsurmarne.com](http://www.orthodontiste-nogentsurmarne.com)

# Le Syndrome d'Apnées Obstructives du Sommeil (SAOS)

Les micro-réveils nocturnes peuvent être le signe d'une apnée du sommeil avec obstruction respiratoire. Si vous êtes concerné, consultez rapidement pour retrouver un sommeil serein !

## PENDANT LE SOMMEIL

1. Ronflez-vous habituellement ?

Oui  Non

2. Avez-vous des réveils en sursaut ou l'impression d'étouffer ?

Oui  Non

3. Votre entourage a-t-il constaté des arrêts respiratoires ?

Oui  Non

## AU RÉVEIL

4. Vous réveillez-vous fatigué le matin ?

Oui  Non

5. Ressentez-vous une somnolence ou un manque d'énergie ?

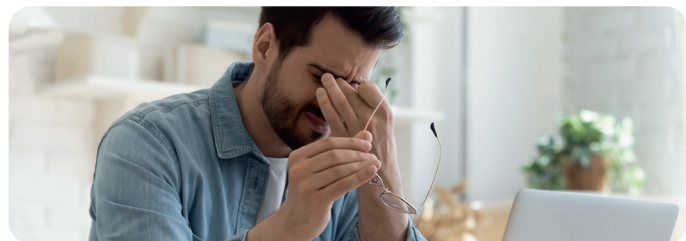
Oui  Non

6. Souffrez-vous de maux de tête ?

Oui  Non

7. Avez-vous des problèmes de concentration ?

Oui  Non



## VOTRE SANTÉ

8. Êtes-vous en surpoids ?

Oui  Non

9. Souffrez-vous d'hypertension ?

Oui  Non

10. Ressentez-vous des troubles de l'humeur, de l'irritabilité ?

Oui  Non

11. Êtes-vous suivi pour de l'hypertension ?

Oui  Non

12. Avez-vous des troubles cardiaques ?

Oui  Non

Si vous cochez plusieurs « oui », n'hésitez pas à en parler à votre praticien.

En effet, la recherche clinique montre un lien étroit entre le Syndrome d'Apnées du Sommeil et d'autres pathologies chroniques graves telles que l'hypertension, les maladies cardiaques, le diabète et l'obésité.

## À SAVOIR

Le Syndrome d'Apnées Obstructives du Sommeil affecte entre 5 et 15 % de la population adulte, selon l'âge.

**Une pathologie de mieux en mieux dépistée et traitée !**

Si vous souffrez de tels symptômes, il conviendra de procéder dans un premier temps à un enregistrement de votre sommeil à l'aide d'un appareil que vous utiliserez chez vous.

Si l'apnée est confirmée, vous pourrez porter une gouttière nocturne fabriquée sur mesure, après prise d'empreinte au cabinet dentaire. Ce dispositif, appelé 'Orthèse d'Avancée Mandibulaire', permet de maintenir la mandibule (mâchoire inférieure) vers l'avant afin de dégager les voies respiratoires et faciliter le passage de l'air pendant le sommeil. La prise en charge de l'apnée se fera généralement en collaboration avec d'autres médecins spécialistes, pneumologues et ORL.