

Fèrules del ronc o fèrules d'avançament mandibular

Les fèrules o dispositius d'avançament mandibular (DAM) redueixen els roncs i les apnees de la son lleus i moderades, contribuint a una son de qualitat i reparadora.

Es tracta d'una fèrula doble, maxil·lar i mandibular, que avança la mandíbula uns mil·límetres, així com la llengua i els teixits tous, aconseguint que la via aèria sigui més ampla i permeable, resolent el ronc i la síndrome d'apnea de la son lleu i moderada.



Inés Batlle
Odontòloga
ABS Alt Camp Oest
Facebook: CAP Alcover

El ronc

El ronc és un soroll que es produeix en passar l'aire pel nas o la boca als pulmons.

A més del soroll molest que provoca el ronc, també existeixen altres conseqüències, com és la Síndrome de l'Apnea o Hipoapnea de la son. Aquesta síndrome es produeix quan, degut al col·lapse de les vies aèries, l'aire no penetra de forma adequada als pulmons, originant una mala respiració i falta d'oxigen a tots els òrgans del nostre cos.

L'acció de roncar pot arribar a ser molesta i inclús insuportable per a les persones que conviuen amb nosaltres, provocant inclús problemes de parella. A més a més, com el descans durant la nit no és l'adequat, augmenta el cansament diürn



Què noten els pacients que ronquen? Com afecta a la seva vida diària?

Els pacients que ronquen tenen una pitjor qualitat de vida, ja que la resistència provocada pels teixits tous a l'entrada d'aire fa que els seus òrgans estiguin pitjor oxigenats.

Els símptomes dels pacients que ronquen i presenten apnees i hipoapnees durant la son són:

- ofecs nocturns.
- somnolència durant el dia.
- mal de cap al matí.
- malsons.
- sequedat de gola.
- pèrdua de capacitat intel·lectual.





Les apnees o hipoapnees de la son

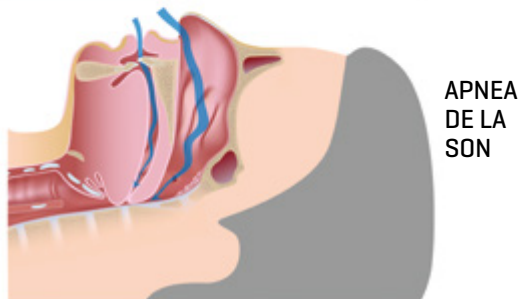
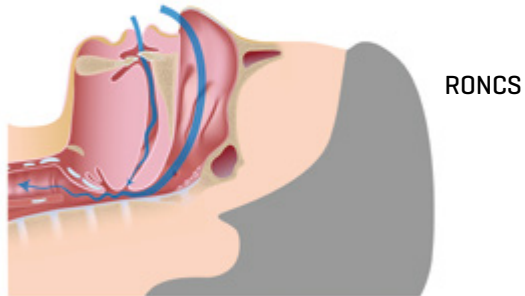
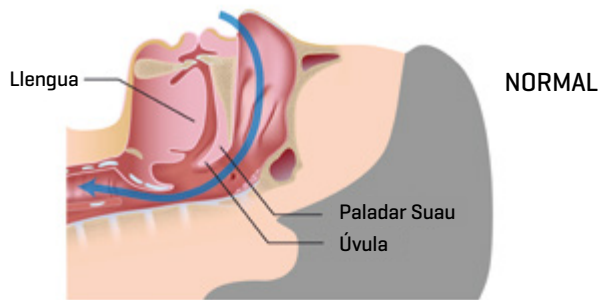
Les apnees són un col·lapse de la via aèria alta, d'almenys un 90% que dura com a mínim 10 segons.

Una hipoapnea es considera un col·lapse major al 30%, associat a una dessaturació d'oxigen del 3-4%.

Quines conseqüències tenen les apnees o hipoapnees de la son?

Les conseqüències són variades i podem ser fins i tot greus:

- Excessiva somnolència diürna, ja que durant la nit no es descansa adequadament.
- Baix rendiment laboral.
- Augment d'accidents de trànsit.
- Hipertensió arterial.
- Accidents cerebrovasculars.
- Miocardiopaties.
- Hipertensió pulmonar.



El DAM o fèrula d'avanzament mandibular

El DAM és un dispositiu que avança la mandíbula uns mil·límetres, implicant el col·lapse de les vies aèries. Es fan servir durant la nit, mentre es dorm, es col·loquen a la boca modificant la posició de la mandíbula, llengua i altres estructures de la via aèria superior.

Estan indicats pel tractament del ronc, apnea lleu o moderades i pacients que no tolerin la CPAP. El CPAP

és un compressor d'aire que produeix una pressió positiva i constant i manté oberta la via aèria, mitjançant una mascareta i un arnès que s'adapta a la boca i cap del pacient.

El DAM ha de ser realitzat per un dentista, format en medicina oral de la son, i en el cas de les apnees, que treballi en coordinació amb la Unitat de la Son. Abans d'iniciar el tractament s'aconsella tenir un

diagnòstic de certesa mitjançant una polisomnografia per determinar si l'apnea es lleu, moderada o greu. Les apnees greus s'han de tractar amb un CPAP.

El DAM és petit i de fàcil transport, així que molts pacients que viatgen amb freqüència també el fan servir com a alternativa al CPAP.

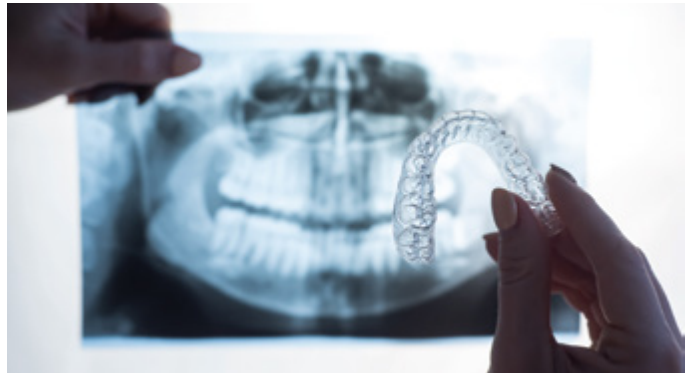
Com funcionen?

El DAM es col·loca a la boca quan el pacient se'n va a dormir i la seva funció principal és avançar la mandíbula per així obrir les vies respiratòries i que l'aire entri als pulmons amb la mínima resistència. Amb això aconseguim que arribi el nivell d'oxigen adequat a tots els òrgans i a més a més desapareix el soroll del ronc.

El DAM és eficaç per a les persones que volen deixar de roncar i pretenen millorar el seu descans durant la son.

Amb aquest tipus de dispositius obtenim millores a curt termini:

- Es redueixen les interrupcions de la son i mi-



llora la qualitat de vida durant el dia.

- La intensitat del ronc disminueix.

Aquest tractament millora tant l'índex d'apnees, qualitat de la son del pacient, així com els símptomes diürns i nocturns de l'apnea de la son. També és molt eficaç pel ronc, millorant la son del pacient roncadors i sobretot el malestar de les seves parelles.

Com es fan els DAM?

El disseny dels DAM és molt senzill: el dentista pren unes impressions i registres al pacient del seu maxil·lar i mandíbula, simulant un avanç mandibular. Es dissenyen i ajusten progressivament i de forma individualitzada. Els efectes secundaris són lleus i milloren amb el temps.

Abans d'iniciar el tractament, s'ha d'avaluar l'estat de l'articulació temporomandibular, les dents, genives, etc.