

Fiche technique MACHOURELAX®

Pourquoi utiliser Machourelax® à partir de 16 ans ?

A 16 ans, la bouche peut contenir 28 dents puis 32 dents avec les dents de sagesse. Notre dispositif est **conçu pour une bouche de 28 dents** car en général peu de personnes gardent leurs dents de sagesse.

MachouRelax® est conçu pour répondre aux problèmes liés au **bruxisme** (9 personnes sur 10 sont stressées et serrent ou grincent des dents) et aux **ronflements** (40% des plus de 50 ans ronflent). Il est prescrit par les orthophonistes, ostéopathes, orthodontistes..., en compléments de séances car il est un bon « outil » :

- Pour neutraliser le bruxisme ;
- Pour réduire les ronflements et les apnées du sommeil ;
- Pour éduquer la langue ;
- Pour mieux ventiler (respiration) ;
- Pour préserver et stabiliser son occlusion ;
- Pour les suites d'orthodontie ;
- Pour favoriser un alignement naturel des dents ;
- Pour relaxer les ATM (articulation temporo-mandibulaire) ;
- Pour les cervicalgies, notamment celles en pleine nuit et celles du matin dès le réveil ;
- Pour la posture générale du corps, après consultation chez un médecin ou bien un posturologue pour des douleurs chroniques.

Quels sont les risques du bruxisme et des ronflements ?

Bruxisme :

- Usure des dents ;
- (ATM) Articulations trop sollicitées qui deviennent douloureuses et peuvent « claquer » ;
- Blocage de mouvements crâniens et douleurs cervicales et occipitales dès le réveil.

Ronflements :

- Ventilation buccale donnant des assèchements et des refroidissements ;
- Micro-réveils nombreux dans la nuit ;
- Fatigue en journée car sommeil non réparateur ;
- Passage en apnée du sommeil avec le temps.

Comment réagir ? Adoptez MachouRelax® et suivez nos conseils !

Pour le bruxisme : avec MachouRelax® dans la bouche, le bruxisme est impossible car il s'agit d'une **gouttière de désocclusion totale** pour 28 dents. Elle s'interpose entièrement entre les dents du haut et celles du bas. Pour ceux qui serrent les dents aussi en journée, ils peuvent mettre MachouRelax® en conduisant ou le soir chez eux pour habituer leur bouche à être calme. La **position « bout à bout incisive »** neutralise les muscles temporaux et petit à petit la mollesse relative du MachouRelax® (50 shores) et sa mémoire de forme vont relâcher et détendre les muscles masticateurs. Ils ressentiront les bienfaits de la **relaxation musculaire** (masséters, temporaux, langue, lèvres). Peu à peu, l'habitude de serrer s'estompe.

Pour les ronflements : MachouRelax® est une double gouttière d'un seul tenant qui positionne la mandibule en avant, dans un bout à bout incisif qui est **une position de repos**. Dans cette position, **la langue est aussi avancée** libérant ainsi en arrière la gorge. L'air inspiré passe donc beaucoup mieux. MachouRelax® est une **orthèse d'avancée mandibulaire (OAM)**. Vous avez un réel dispositif médical à votre disposition.

Pour la posture : un professionnel diagnostique une entrée buccale perturbant la posture. Il s'agit en fait d'un décalage entre la mâchoire du bas et celle du haut qui communique des mauvaises informations au corps. Debout, le centre de gravité n'est pas au bon endroit et le corps subit des torsions.

Les douleurs chroniques s'installent peu à peu. Avec MachouRelax® en bouche la mâchoire du bas se positionne instantanément en face de celle du haut parfaitement centrée. Les capteurs de posture à point de départ dentaires vont peu à peu se réguler.

Nous conseillons de **s'habituer à porter MachouRelax® d'abord en journée** (trois fois vingt minutes) **puis au bout d'une semaine la nuit en dormant** aussi.

Le spécialiste en posture observera les progrès deux mois après et testera le centre de gravité avec MachouRelax® en bouche.

Pour un alignement naturel des dents : MachouRelax® est étudié pour toutes les bouches de 28 dents (14 en haut et 14 en bas). Chaque dent se trouve dans la gouttière centrale qui forme un plan parfait sans encoche. MachouRelax® est une gouttière fabriquée en France en silicone médical à mémoire de forme. Les dents mal alignées vont recevoir des petites forces, soit des bandeaux extérieurs si elles sont vers l'extérieur, soit par les toboggans intérieurs si elles sont trop vers l'intérieur des arcades dentaires. Petit à petit, le sourire s'améliore. C'est pour cette raison que pour certains des douleurs dentaires se ressentent au retrait du MachouRelax® de la bouche. C'est sans danger pour les dents ni pour les tissus de soutien (gencive, os). Nous recommandons de ne pas porter MachouRelax® plus de 12 heures par jour.

Fonctionnement et mode d'emploi du MachouRelax

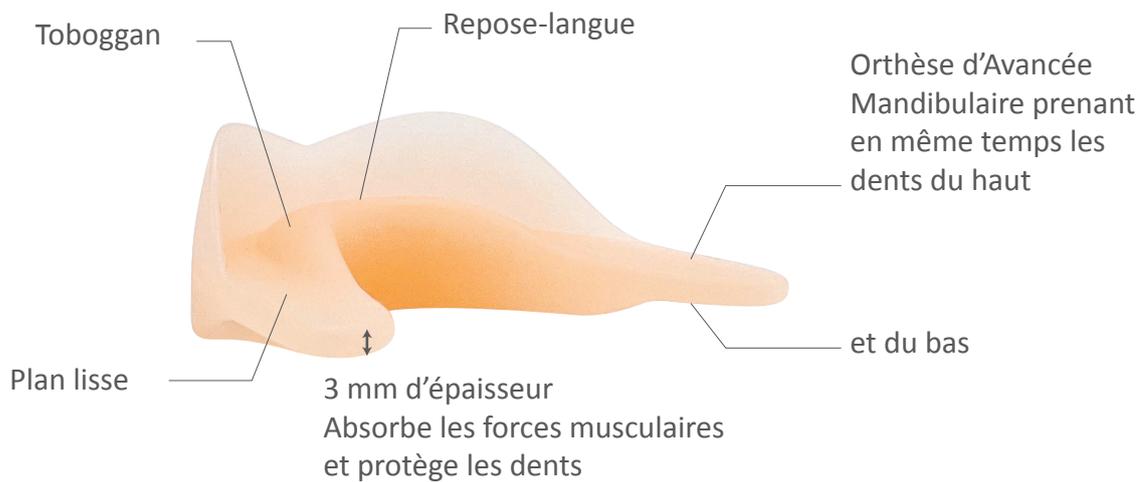
(Voir nos vidéos sur notre site machouyou.com)



Avancez le menton pour faciliter le placement des dents du bas dans la gouttière.



Le bout à bout incisif est une position de repos quand vous portez MachouRelax®. La langue aussi s'avance et va se placer au palais.



En résumé

MachouRelax® est un **dispositif universel, grand public, sans thermoformage** qui est à utiliser quotidiennement ou par intermittence, sans aucun réglage à faire.

Le choix de ce positionnement des mâchoires est physiologique sans dépasser le bout à bout, sans provoquer de prognathisme ou d'articulé inversé antérieur (c'est-à-dire les dents du bas qui passent devant les dents du haut).

MachouRelax® est un **dispositif éducatif fonctionnel**. Il apprend à **mieux ventiler**, à **mieux déglutir** et à **relaxer tous les muscles** qui environnent les dents.

MachouRelax® est un dispositif médical, il n'interfère avec aucun traitement dentaire, ostéopathique, kinésithérapeutique, orthophonique, médical, postural... Nous ne lui connaissons aucune contre-indication (sauf traitement orthodontique).

La réussite passe par la **motivation** à le mettre en bouche une heure par jour et la nuit en dormant pendant au moins trois mois pour être satisfait des résultats.

Son côté universel permet après la période initiale de le garder **en continu ou discontinu**. L'expérience de certains qui le portent depuis des années est très satisfaisante.