Mode opératoire Tongue Lab

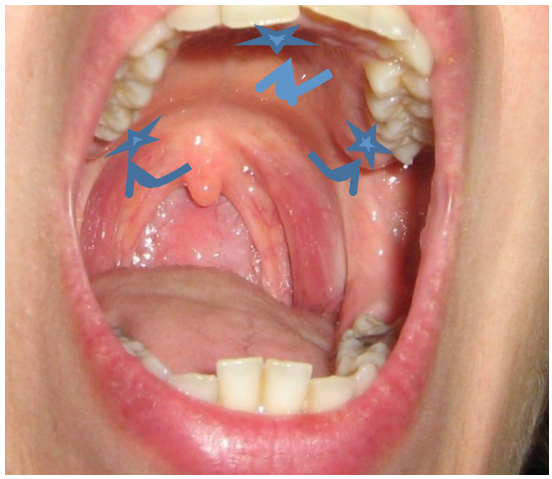
Exercices de rééducation

Ce mode opératoire précise les différents exercies de rééducation et d'adaptation au TRP à réaliser à la pose puis lors des séances de rééducation consécutives.

Exercices de rééducation sans le TRP : enseignement de la bonne fonction

Procédure de mise en place du tripodisme

Le tripodisme est lié au fait que la langue, pour être en jointure avec l'arcade dentaire, doit avoir 3 points de repères proprioceptifs sur l'arcade supérieure : 1 à l'avant, 2 à l'arrière.



1. A l'aide d'un abaisse langue, ou un coton-tige stimuler les 3 zones palatines et leurs correspondantes linguales :
    - La zone rétro-incisive au niveau du canal du nerf palatoglosse avec l'apex lingual. Le patient doit placer sa langue au repos sur cette zone pour le reste de sa vie…
    - Les zones molaires au niveau des canaux des nerfs palatins avec la zone postérieure des bords de langue ;
2. Demander au patient de placer la langue correctement sur les 2 références postérieures stimulées tout en gardant l'apex sur la papille rétro-incisive.
3. Demander au patient de serrer ses molaires postérieures fortement pour stimuler la mise en place de la déglutition mature
4. Demander au patient de maintenir les yeux fermés pendant 1 à 3 minutes. Observer les déglutitions spontanées.
5. Placer 2 cotons tiges sous les dernières molaires et demander au patient de serrer les dents et de déglutir. Lors de la déglutition, tirer sur les cotons tiges. Le patient doit serrer les dents pour les maintenir en place, ce qui permet de vérifier que le patient :
    a. Serre efficacement les dents lors de la déglutition
    b. Maintient le tripodisme enseigné
    c. Prononcer des séries de mots dents serrées

Exercices d'adaptation avec le dispositif en bouche.

Le patient doit sortir du cabinet en ayant réussi à bien déglutir pendant au moins 3 minutes.

1. Vérifier que la rétention est suffisante (ni trop ni pas assez).
2. Appliquer la procédure de mise en place du tripodisme

3. Surveiller le patient pendant 3 minutes environ, bouche fermée sans parler afin de remarquer si des contractions de lèvres parasites apparaissent. Dans ce cas recommencer l'étape 2.
4. *Optionnel* : demander au patient de s'allonger sur le côté ou même sur le ventre afin de constater que le comportement de la langue ne change pas en fonction des positions de couchage.
5. Surveiller le patient sans l'annoncer pendant une discussion informelle. Si les signes de dysfonction apparaissent, recommencer à l'étape 2
6. Vérifier que le patient est capable de retirer et remettre son TRP tout seul
7. Donner des conseils sur l'entretien du dispositif et comment le ranger dans sa boite.

Exercice de déglutition, TRP en bouche :

1. Mettre la langue dans la position du tripode
2. Serrer fortement les dents et déglutir
3. Relâcher et recommencer 5 fois
4. Articuler sans serrer les dents (séries Tartine…, Chat…, Sangsue…)
5. Serrer fortement les dents et déglutir
6. Relâcher et recommencer 3 fois
7. Si le patient rencontre des difficultés, lui placer les coton-tiges entre les molaires, lui faire bien serrer les dents, déglutir.

Pour faciliter la déglutition mature, il est possible d'accompagner le patient en appuyant sur les lèvres pour forcer à les maintenir souples et sur les masséters pour contrôler le serrage des dents.

Exercices spécifiques

1. Dans le cas de ventilation buccale ou mixte, il est nécessaire lors de la pose du TRP de réaliser les exercices suivants :
   - Respirer lèvres fermées environ 1 minute
   - Réaliser des inspirations nasales forcées : alternées Droite/Gauche pendant 1 minute ;
   - Réaliser des inspirations nasales intenses pendant 1 minute.
2. Dans le cas du ronflement, il est nécessaire lors de la pose du TRP de réaliser les exercices suivants :
   - Exercice de raclement du voile du palais
   - Mouchage du nez
   - Gargarisme
   - Respirer derrière le voie du palais et ressentir que l'air passe derrière le voile

Si assèchement ressenti du voile du palais, recommander l'humidification avec pulvérisateur d'eau).