

## Principe

Le TRP est un dispositif médical sur mesure amovible, posé par un praticien dentaire. Dans le cadre d'un traitement du Syndrome d'Apnée Obstructif du Sommeil (SAOS) et/ou des ronflements, il est conçu pour corriger les postures de la langue et renforcer son tonus musculaire. Le TRP applique une contrainte sur la langue qui l'oblige à rester souple, plate et étalée sur les côtés quand elle est inactive. Il est toujours possible de parler, boire et déglutir de manière physiologique avec le dispositif en bouche.

## Composition du TRP

Le TRP est composé d'un bandeau de résine pour le fixer sur les dents du haut et d'arcs métalliques s'attachant successivement à l'intérieur du bandeau au cours du traitement. Un boîtier de rangement est fourni avec le TRP afin de le protéger hors utilisation. Il est nécessaire de conserver tous les arcs non attachés au bandeau dans le boîtier pendant toute la durée du traitement.

## Quand porter le TRP ?

Les 15 premiers jours sont essentiels pour l'adaptation. Il faut porter votre TRP si possible en journée, en soirée et pendant le sommeil. Les premiers jours, il est normal qu'il contrarie votre langue. Cette gêne disparaît au fur et à mesure que la langue s'adapte à la contrainte. Un port nocturne du dispositif alors suffit. Toutes les deux semaines environ au cours des deux premiers mois du traitement et selon vos besoins, votre praticien réglera votre TRP pour reculer la contrainte et renforcer son action sur la langue. La durée du traitement est généralement de 9 +/- 3 mois. C'est le temps estimé pour que les fonctions et postures correctes de la langue deviennent des automatismes. Il est impératif de respecter les visites chez le praticien prévues dans le plan de traitement et durées de port du TRP pour une pleine efficacité du traitement.

## Rééducation

Un rééducateur vous accompagne pendant les phases initiales du traitement et va s'assurer que les fonctions correctes de votre langue sont bien installées. Des exercices vous seront enseignés, à faire avec votre TRP en bouche.

Cet entraînement est essentiel pour que votre langue s'adapte rapidement au TRP et que ses dysfonctions se corrigent.

## Mobilité dentaire

L'évolution des fonctions linguales modifie l'équilibre des forces en bouche. Pendant deux semaines environ, certaines dents peuvent se déplacer légèrement pour trouver leur position stable. Il est important de ne pas interrompre ce processus en portant quotidiennement votre TRP et en vous appliquant continuellement à déglutir comme enseigné par le rééducateur.

## Conseil d'utilisation

Vérifiez que l'arc du TRP est bien fixé au bandeau de résine. Tenez le bandeau avec les deux mains (photo gauche ci-dessous). Ne pas tenir votre TRP avec une seule main en le pinçant latéralement (photo droite ci-dessous), risque de casse.



**Mise en bouche :** Insérez votre TRP dans la bouche, après brossage des dents. Placez d'abord l'avant du dispositif sur les incisives supérieures puis remontez l'arrière derrière les dernières dents pour qu'il soit bien tenu.

**Retrait :** A l'inverse, tirez l'arrière de votre TRP vers le bas, puis abaissez l'avant. Vous pouvez alors le retirer de la bouche.

## Effets indésirables éventuels

Le TRP est susceptible de provoquer des effets indésirables temporaires, qui disparaissent au bout de 1 jour à 3 semaines, quand la langue s'est adaptée à la présence de votre dispositif.

- Nausées : elles peuvent apparaître au début du port de l'appareil à cause de la contrainte inhabituelle de l'arc sur la langue dysfonctionnelle
- Salivation excessive due à la présence d'un corps étranger en bouche
- Perturbation de la déglutition : ressentie dès la mise en place de votre TRP qui contrarie les dysfonctions de la langue
- Sillons sur la langue : ils peuvent apparaître au début du port de votre TRP à cause de la pression très forte de la langue sur l'arc central. Cette pression répétée peut s'accompagner d'une douleur à l'emplacement du sillon, disparaissant progressivement
- Perturbation de l'articulation de certaines syllabes liée à la contrainte de l'arc sur la langue dysfonctionnelle.

## Entretien de votre TRP

- **Après chaque utilisation, rincez votre TRP à l'eau claire froide et séchez sans source de chaleur** (ne pas utiliser de sèche-cheveux) pour éviter le tartre
- Retirez les éventuels résidus avec une brosse à dent dédiée au TRP et du dentifrice sans fluor
- **Rangez soigneusement votre TRP dans son boîtier lorsqu'il n'est pas utilisé**
- Ne jamais laisser le TRP dans un essuie tout ou mouchoir, il risque d'être jeté à la poubelle.
- Une fois par semaine, laissez-le tremper dans une solution de nettoyage d'appareils orthodontiques neutre ou basique, rincer, sécher.

### **Précautions d'emploi**

L'appareil a une durée de vie maximale de 18 mois à compter de la date de fabrication pour un usage normal.

Usages non conformes :

- Laisser une autre personne utiliser votre TRP
- Utiliser l'appareil pour tout autre but que le traitement du SAOS et/ou des ronflements
- Mordre ou appuyer sur le bandeau de résine mal installé
- Mettre en bouche un TRP déformé ou endommagé
- **Exercer une pression sur l'arc ou le bandeau du TRP avec les doigts ou n'importe quel objet**
- Tordre, pincer, serrer, plier, déformer votre TRP de quelque manière que ce soit
- Le stocker près d'un radiateur, le mettre au lave-vaisselle
- Mordre, casser des objets durs avec le TRP en bouche
- Manger des aliments collants (chewing-gum par exemple) avec votre TRP en bouche
- Lancer, jeter, piétiner, écraser votre TRP
- Plonger votre TRP dans des liquides acides (vinaigre), dangereux ou corrosifs

### **Veillez consulter un praticien en cas de :**

- Douleurs aux dents, aux gencives
- Nausées persistantes
- Gêne persistante avec votre TRP en bouche
- Déformation du bandeau en résine ou de l'arc métallique
- Difficulté à serrer les dents
- **Difficulté à remettre votre TRP**
- Bruxisme
- Difficultés persistantes à déglutir

### **Risque possible**

Risque d'avalement involontaire du dispositif. Ce risque est très faible. Si votre TRP venait à glisser par mégarde vers l'arrière de la bouche, retirez-le avec les doigts.

### **Mise en garde**

⚠ Le TRP NE DOIT PAS ETRE utilisé en cas d'allergie au chrome ou au nickel. En cas de réaction allergique, contactez un médecin. Le TRP n'est pas efficace après ingestion de boissons alcooliques ou drogues myorelaxantes.

### **Garantie**

Le fabricant garantit seulement les défauts de fabrication pendant 3 mois à compter de la livraison. Les détériorations, déformations, cassures du TRP dues à un mauvais entretien (ex : TRP non rangé dans son boîtier) et/ou un usage non conforme ne sont pas couvertes.

### **Divers**

Le TRP est un dispositif médical sur mesure livré avec une déclaration de conformité CE. Tongue Laboratory est détenteur de licences des brevets et marques TRP.

# NOTICE D'UTILISATION

## Rééducation fonctionnelle de la langue avec TRP

TONGUE LABORATORY SAS



240 RUE SAINT JACQUES  
75005 PARIS – France



[relationpatients@tonguelab.com](mailto:relationpatients@tonguelab.com)



[www.tonguelab.com](http://www.tonguelab.com)



RCS 753 222 405