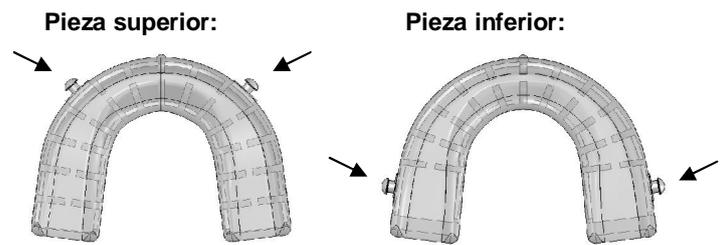


## MODO DE EMPLEO

### Presentación del aparato

El dispositivo Somnofit se compone de:

- Una pieza acanalada superior con 2 broches delante
- Una pieza acanalada inferior con 2 broches atrás
- Un termómetro con flotador
- Una caja de ordenación ventilada
- Un juego de 6 bandas flexibles
- Un modo de empleo



### ¿Cómo actúa Somnofit?

Somnofit está basado en la solución médica contra el ronquido conocida como avance mandibular. El principio de actuación de la prótesis de avance mandibular Somnofit, consiste en propulsar la mandíbula hacia delante algunos milímetros con el fin de avanzar la base lingual, abrir la garganta y liberar el paso de aire respiratorio. Numerosos estudios clínicos han demostrado la eficacia de los dispositivos de avance mandibular como Somnofit, que suprimen o reducen considerablemente el ronquido y la apnea moderada en la gran mayoría de los casos.



### Indicaciones y contraindicaciones de utilización

Somnofit está indicado para los siguientes casos

- Ronquido
- Apnea moderada
- Apnea en utilización puntual: viajes camping, caravana, barco, vacaciones, fines de semana (consulta médica aconsejada)
- Bruxismo, jaquecas debidas a las tensiones mandibulares

Somnofit está contraindicado en caso de:

- Portadores de prótesis dental completa removible
- Portadores de prótesis dental parcial con falta de adherencia y/o retención en la boca
- Dolor de la articulación mandibular
- Descarnadura e inestabilidad de la dentición.

Se recomiendan un examen médico previo y controles regulares de la dentición y la mandíbula sobre todo en caso de dudas. Si existe excesiva somnolencia diurna, puede padecer una apnea de sueño grave, siendo necesaria la consulta a su médico. Cuando las piezas acanaladas son adaptadas a una dentición, estas no se pueden readaptar a otra persona.

### Efectos secundarios posibles

Más frecuentes en las primeras semanas de uso.

- Sensibilidad dental después de quitarlos por la mañana (desaparecen después de apretar 3 o 4 veces las mandíbulas).
- Dolor por delante de la oreja a nivel de la articulación de la mandíbula, variable con el tiempo (se atenúan y desaparecen normalmente en algunos días después del uso regular, si esto no ocurre o se agrava, reducir la fuerza de propulsión al mínimo utilizando una banda menos potente, por ejemplo una de 4,5 en lugar de 6 mm o consultar a su médico).
- Hipersalivación (se va reduciendo después de algunos días de uso de forma regular). Sequedad de la boca, reflejo nauseoso eventuales (desaparecen rápidamente).
- Modificación matutina de la oclusión dentaria o mordida (desaparece después de masticar varias veces sobre blando. Si los efectos secundarios se hacen persistentes o se agravan, cesar en el uso del dispositivo y consultar a su médico)

### Mantenimiento, duración y garantía

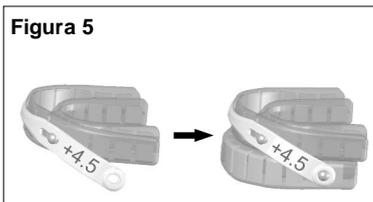
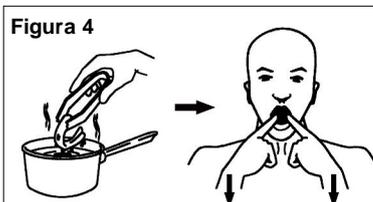
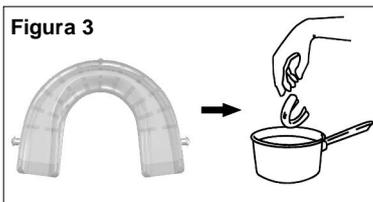
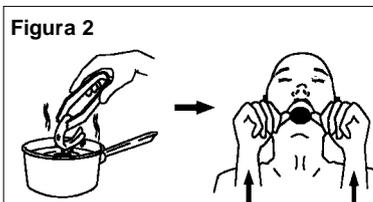
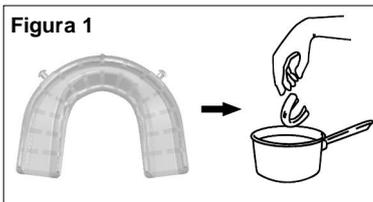
Por la mañana, retírese el Somnofit, cepíllelo bajo el grifo, y sumérjalo durante todo el día en un vaso con agua tibia y una tableta de limpiador anti-bacteriano de prótesis dentales. Aclararlo bien con agua corriente antes de recolocar-lo en boca por la noche.

Controlar regularmente el estado de la prótesis. En general, la duración media es de 8 a 15 meses, dependiendo de factores como el mantenimiento, la acidez y características de la boca. Un desgaste rápido del dispositivo puede ocurrir en las personas con bruxismo (chirrido o apretamiento de los dientes durante el sueño). La garantía solo afecta a los defectos de fabricación, ya que la duración y eficacia obedecen a múltiples variables como los factores anatómicos responsables del ronquido y/o apnea que se escapan al control del fabricante. El aparato debe ser cambiado en caso de fisuras, roturas o degradación de los materiales.

## **Adaptación a la dentición y colocación inicial**

La termo-adaptación puede ser realizada por usted mismo o vuestro médico.

- 1● Introduzca la pieza superior (2 broches delanteros) y el termómetro con el flotador en un cazo con una altura de 7 a 8 cm de agua fría. Calientelo lentamente hasta que el termómetro alcance la marca azul (temperatura óptima) y apartarlo (figura 1). Dejar la pieza 2 minutos en el agua caliente.
- 2● Saque la pieza superior del agua caliente, sacúdala para eliminar el agua. Sitúese delante de un espejo y colóquese rápidamente la pieza en la arcada dentaria superior, alineando la raya vertical azul entre los dos incisivos centrales. Apriete fuertemente hacia arriba con los dos pulgares situándolos respectivamente a cada lado de la arcada superior. Presionar igualmente los canalones lateralmente contra los flancos de los dientes. Mantener la presión durante un minuto (figura 2). Enjuaguese la boca con agua fría para fijar las marcas dentales y retírese la pieza de la boca.
- 3● Repetir la misma operación descrita para la pieza inferior (2 broches posteriores, figura 3), pero antes de sacarla del agua caliente, situar de nuevo la pieza superior en la boca. Colocar la pieza inferior en la boca centrándola con respecto a la pieza superior (las dos marcas verticales azules deben coincidir). Apretar con los dos índices fuertemente hacia abajo contra la mandíbula durante unos segundos, y posteriormente cerrando la mandíbula, se aprietan de forma progresiva y enérgica las dos piezas (figura 4).
- 4● Permanezca con la mandíbula apretada durante por lo menos 1 minuto.
- 5● Quítese las dos piezas y póngalas durante 2 a 3 minutos en agua fría para fijar las huellas dentales.
- 6● Recorte la banda flexible de 4,5 con un cúter o tijeras. Conserve las otras bandas.
- 7● Fijar la banda recortada en los broches del canalón superior. Los botones deben ser visibles por fuera. Pasar la banda por los broches del canalón inferior (figura 5).
- 8● Después de cepillarse los dientes, y antes de dormir, colóquese el Somnofit en la boca.



### **Calidad de la impronta dental**

El confort y la retención de las piezas acanaladas dependen de la forma de la dentición, del número de dientes y la calidad de la toma de improntas o huellas dentales. Comprobar que la forma de su dentición esté bien marcada en las piezas acanaladas y si no es el caso, rehacer la toma de improntas respetando bien la temperatura y aplicando más fuerza para formar el aparato. Las posibles partes sobrantes de material pueden ser cortadas con tijera o cúter.

### **Reglaje de la fuerza de propulsión (bandas flexibles)**

Durante las primeras noches, el usuario debe acostumbrarse al aparato y se aconseja la utilización de la banda señalada + 4,5. Esta cifra representa el avance en mm., de la mandíbula inferior con relación a la posición normal sin SOMNOFIT. Según la morfología dental, el valor real del avance puede variar. Después de algunas noches de adaptación, se debe ajustar la prótesis de acuerdo con los siguientes principios:

- Si la tracción de la mandíbula es demasiado fuerte e incómoda, utilizar una banda de valor inferior (por ejemplo + 3.0 en vez de + 4.5).
- Si el ronquido no disminuye suficientemente, utilizar una banda de valor superior (por Ej. + 6 en vez de + 4.5). En general, un desarrollo de 4.5 a 7.5 mm es suficiente. En caso de apnea del sueño, la comprobación de la eficacia y el ajuste de la prótesis mandibular deben realizarse preferiblemente con el médico especialista.

### **Información :**

Para cualquier información contactar :

**OSCIMED SA**

Allée du Quartz 3 • CH-2300 La Chaux-de-Fonds  
Tel : 0041 32 926 63 36 • fax : 0041 32 926 63 50  
info@somnofit.com • http://www.somnofit.com

