

## Istruzioni per l'uso DEGLI APPARECCHI PLURI-FUNZIONALI o "APF"

Legga attentamente queste istruzioni prima di utilizzare l'apparecchio.

- Per ulteriori informazioni contatti il suo dentista
- Conservi con cura queste istruzioni, potrebbe aver bisogno di rileggerlo
- Se ha sintomo di effetti indesiderati non menzionati in queste istruzioni, o se ha dolore di uno degli effetti menzionati e questo la preoccupa, consulti il suo dentista.

Si consiglia vivamente di seguire in maniera precisa le istruzioni preconizzate nel presente documento: la regolarità, la perseveranza e l'attenzione nella pratica degli esercizi permetteranno di ottenere i risultati voluti.

L'apparecchio che ha fra le mani le è stato prescritto dal suo dentista poiché egli è il solo abilitato a farlo. Il trattamento è dunque sotto la sua responsabilità. È il solo a poterle proporre gli esercizi appropriati e a controllare la loro durata per ottenere il miglior risultato possibile. Il suo dentista ha tutte le competenze necessarie per gli eventuali ritocchi che riterrà opportuni all'apparecchio.

### 1- MODA DI AZIONE DEGLI APF

L'APF permette la riorganizzazione, attraverso la stimolazione, delle funzioni neuro-vegetative bucco-faringee perturbate: ventilazione nasale, deglutizione, masticazione e fonazione. La loro disfunzione è la CAUSA dei disordini dentali.

### 2- MATERIALI UTILIZZATI

Il materiale utilizzato per la fabbricazione del suo apparecchio, lo STAMINALÈNE®, risponde a tutte le norme mediche di biocompatibilità. Lo stesso vale per le basi coloranti e l'astuccio nel quale le è stato consegnato.

La scatola d'imballaggio è in cartone garantito FSC (FOREST STEWARDSHIP COUNCIL).

Se lo desidera può richiedere al suo dentista le schede tecniche dei suddetti materiali.

### 3- PRESENTAZIONE DEGLI APF

L'APF si presenta come una doppia grondaia all'interno della quale vengono posizionati i denti. La più profonda accoglie i denti del mascellare superiore. I denti della mascella inferiore (mandibola) vanno a posizionarsi nella seconda grondaia corrispondente.

Esistono 4 tipi d'APF:

- L'ESPANSORE permette di fare spazio (di color "bianco opaco" per gli apparecchi squadri e "blu traslucido" per gli apparecchi arrotondati),

- il RETROPULSORE, per correggere il mento in avanti (di color "rosso traslucido"),

- il PROPULSORE, per correggere il mento all'indietro (di color "giallo traslucido"),

- il CONFORMATORE, per correggere le leggere anomalie di posizione dei denti (di color "bianco traslucido" per quelli squadri e "verde traslucido" per quelli arrotondati).

Il "CONFORMATORE SQUADRATO", è utilizzato a fine trattamento e durante tutto il periodo detto "di contenimento" dopo la fine del trattamento. Quest'ultima tappa è fondamentale poiché permette di stabilizzare il trattamento a lungo termine.

NB: Più la fase di contenimento dura, meglio è. Durante un trattamento (che può durare anni), cambierà differenti apparecchi, in funzione del problema diagnostico inizialmente, della sua evoluzione e dell'obiettivo da raggiungere.

### 4 - ISTRUZIONI SPECIFICHE D'USO DEGLI APF

L'apparecchio deve essere portato durante il giorno per praticare degli esercizi, e durante la notte per dormire.

#### Gli ESERCIZI QUOTIDIANI

Per ottenere un'efficacia ottimale del trattamento, gli esercizi devono essere svolti secondo il protocollo descritto in questo paragrafo.

Il seguente protocollo deve spesso essere adattato al paziente, a seconda della sua età, salute fisica, capacità personali, ecc... Il suo dentista saprà consigliarla in maniera più precisa.

Qualunque sia il tipo d'esercizio e la durata, esso richiede sempre un movimento di masticazione nell'apparecchio. In ogni caso, la lingua deve essere appoggiata sul riposa-lingua previsto nella parte interna dell'apparecchio. La lingua viene quindi a trovarsi in posizione alta, verso il palato. Per ogni dubbio in proposito il suo dentista saprà darle le istruzioni necessarie.

L'esercizio è fatto di cicli ripetitivi. Un ciclo consiste nel mordere l'apparecchio inspirando e a lasciare il morso espirando, la lingua appoggiata sul riposa-lingua, seguendo un ritmo regolare. Ogni 5-7 cicli, pensare a deglutire la saliva conservando accuratamente la lingua verso il palato ed i denti stretti.

Si tratta di esercizi di rieducazione funzionale ed è possibile che sembrino difficili da fare nei primi giorni. Continuando, i miglioramenti possono essere molto rapidi.

#### Per gli adulti:

L'ideale è di praticare gli esercizi per una ventina di minuti ogni volta: alla mattina, a mezzogiorno e la sera.

- mattina: apparecchio in bocca camminando molto lentamente, lo sguardo a 45°
- mezzogiorno: apparecchio in bocca, a sedere, schiena dritta, spalle rilassate, sguardo a 45°
- sera: apparecchio in bocca, schiena per terra (su un tappeto, moquette, ecc.), gambe piegate sul petto, piedi appoggiati sul bordo del letto (o poltrona), braccia stese dietro la testa o incrociate per aprire il petto, la testa appoggiata su un libro per mantenere la nuca in leggera estensione.

#### Per i bambini:

La frequenza e la durata degli esercizi varia in funzione dell'età del paziente:

- bambini di età inferiore ai 5 anni: 3 a 5 minuti, 1 a 2 volte al giorno
- bambini di età compresa tra i 5 e i 7 anni: 5 a 10 minuti, 1 a 2 volte al giorno
- bambini di età compresa dai 7 ai 12 anni: 10 a 20 minuti, 1 a 3 volte al giorno
- giovani di età compresa tra i 13 e i 18 anni: 15 a 20 minuti, 2 volte al giorno

Gli esercizi devono essere eseguiti variando le posizioni da una volta all'altra o da un giorno all'altro.

Per esempio:

giorno 1: apparecchio in bocca camminando molto lentamente, lo sguardo a 45°,

giorno 2: apparecchio in bocca, a sedere, schiena dritta, spalle rilassate, sguardo a 45°,

giorno 3: apparecchio in bocca, schiena per terra, nella stessa posizione descritta per gli adulti.

NB: anche se non esistono limiti d'età per l'efficacia degli APF, un'organizzazione precoce del trattamento sarà sempre benefica. In effetti, le strutture ossee ducce-dentali dei bambini sono malleabili. Qualche minuto al giorno di esercizi e portare l'apparecchio la notte sono sufficienti per ottenere risultati molto positivi. Cominciare un trattamento il più presto possibile, fin dai 3 anni d'età, non permette d'andare più rapidamente, ma permette un trattamento ortodontico funzionale più efficace. Pierre ROBIN (1867-1950), dentista francese, e tutti i "funzionalisti" (nome dato ai dentisti che hanno promulgato i metodi ortodontici funzionali: BIMLER, BALTERS, BESOMBES, PLANAS, MUZJ, ecc.) hanno lavorato per fare in modo che i trattamenti ortodontici comincino presto per non lasciare che una malformazione si formi più profondamente.

#### PER LA NOTTE

Dopo 3 o 4 giorni di esercizi durante la giornata si può cominciare a portare l'apparecchio la notte. Possono allora presentarsi differenti possibilità:

- Si addormenta senza problemi con l'apparecchio in bocca. Al risveglio, avrà i denti sensibili, una sensibilità che scomparirà dopo qualche minuto.

- Si sveglia la mattina senza l'apparecchio in bocca. Non sa quando è caduto. Continui a portarlo nelle notti a venire: finirà per conservarlo automaticamente tutta la notte.

- Si sveglia nella notte perché l'apparecchio, molto attivo, le fa male ai denti. Lo tolga e continui a dormire. Dopo un periodo d'adattamento finirà per conservarlo automaticamente tutta la notte.

- Solitamente si addormenta rapidamente. Coll'apparecchio in bocca, dopo una mezz'ora, non riesce a prender sonno. Tolga l'apparecchio e ricominci le notti seguenti. Dopo un certo periodo riuscirà ad addormentarsi automaticamente coll'apparecchio in bocca.

Anche se ha l'abitudine di respirare colla bocca durante il sonno, o di dormire a denti stretti, o di muovere i denti, o che abbia frequenti raffreddori, perseverando riuscirà ad addormentarsi coll'apparecchio in bocca.

### 5- CAMBIARE APPARECCHIO

Quando si cambia apparecchio, per un modello più grande o di forma differente, ecco le precauzioni da prendere: conservare "il vecchio" apparecchio per la notte ed utilizzare il nuovo per gli esercizi. Questo periodo d'adattamento al nuovo apparecchio può farsi rapidamente (qualche giorno) o durare del tempo (qualche settimana). Quando ha la sensazione di aver "adottato" il nuovo apparecchio lo utilizzi per gli esercizi giornalieri e per la notte.

### 6- PRECAUZIONI

La principale precauzione da prendere è l'utilizzo progressivo dell'apparecchio (soprattutto per gli adulti) per evitare che i denti siano troppo sollecitati all'inizio del trattamento. Nel caso di uno sfregamento delle mucose, il suo dentista opererà i ritocchi necessari, visto che l'apparecchio non deve mai provocare lesioni (gote, labbra, lingua, gengive).

### 7-INDICAZIONI

#### Per i bambini e gli adolescenti (dentatura da latte o mista):

Le taglie differenti ed i differenti tipi di APF permettono il trattamento di ogni tipo di disformosi. L'utilizzo regolare di altri tipi di apparecchi funzionali può essere utile.

N.B.: gli APF costituiscono un'ottima scelta per gli adolescenti sia sul piano igienico che su quello estetico.

#### Per gli adulti:

I miglioramenti funzionali e muscolari, nonché quelli del posizionamento dentale, sono indiscutibili. Ciò nonostante, tenuto conto della situazione boccale di ogni singolo paziente adulto, (usura dentale, assenza totale o parziale di denti), possono essere utilizzati altri tipi di apparecchi funzionali, in associazione od in alternanza cogli APF. Ma è soprattutto indispensabile un lavoro protetico.

N.B.: la presenza di uno o più impianti dentali non disturba l'utilizzo di un APF.

#### Caso d'un trattamento ortodontico con apparecchi fissi:

L'associazione, durante un trattamento, di un apparecchio fisso con un APF apporta eccellenti risultati per la rieducazione delle funzioni vitali neuro-vegetative disturbate (ventilazione nasale, deglutizione, masticazione, fonazione).

Per la stessa ragione, gli APF conformatori sono degli apparecchi di contenimento molto efficaci.

### 8- CONTROINDICAZIONI

#### Per gli adulti:

Bisogna evitare di portare un APF ed attendere che il dentista abbia trovato una soluzione al problema, nel caso di:

- denti mobili (soprattutto gli incisivi superiori ed inferiori),
- un incisivo (superiore o inferiore) più lungo degli altri,
- presenza di dolori all'articolazione temporo-mandibolare (ATM).

Per i bambini: non esistono controindicazioni.

#### Casi Particolari:

- nel caso di un raffreddore, e di un naso totalmente congestionato, risulta difficile portare l'apparecchio. Ma nel caso che ci riusciate, l'APF stimolerà la ventilazione nasale e sarà un prezioso alleato per superare più facilmente il raffreddore in questione.

- nel caso di grande mobilità di un dente di latte precedente la caduta, è possibile riscontrare un fastidio passeggero nel portare l'apparecchio.

### 9- MANUTENZIONE

La qualità dei materiali utilizzati per la fabbricazione dell'apparecchio ed il suo astuccio custodia permettono una manutenzione facile ed efficace. Possono essere entrambi sciacquati con acqua, puliti con uno spazzolino da denti e dentifricio, immersi in un prodotto per risciacqui boccali o in acqua calda; in nessun caso subiranno alterazioni.

### 10- DURATA

Per assicurare la progressione del trattamento, sarà necessario sostituire l'apparecchio con un altro APF appena raggiunto l'obiettivo terapeutico fissato dal dentista.

Durante il periodo di trattamento attivo, la sostituzione dell'apparecchio avviene generalmente dopo 4 a 6 mesi. Potrà essere rinviata di qualche mese se si hanno delle difficoltà a conservare l'apparecchio la notte ed a eseguire regolarmente gli esercizi.

Alla fine del trattamento, durante il periodo di contenimento, l'apparecchio potrà essere portato senza problemi per un periodo di 12 a 18 mesi.

Se ha l'impressione che l'efficacia dell'apparecchio sembri diminuire non esiti a contattare il suo dentista.

NB: il suo dentista è il solo a poter giudicare della necessità di cambiare l'apparecchio, alla luce dei risultati che egli osserva nella bocca. Cambiare "troppo velocemente" un APF, con il pretesto di accelerare i risultati, comporta rischi pregiudiziali alla riuscita di un trattamento.

### 11- FINE UTILIZZO DI UN APF

I materiali utilizzati per la fabbricazione degli APF non sono riciclabili, per questa ragione è necessario mettere i vecchi apparecchi e gli astucci custodia negli appositi contenitori della spazzatura.

Edizione : 8 Juin 2011