

Rimedi contro il russare

Rimedi contro il russare

Sicuramente i giusti rimedi contro il Russare sono i MAD Odontoapnea, realizzati in due sedute in uno [Studio Dentistico Certificato](#).

I nostri Rimedi per non Russare evitano che i muscoli della gola durante il sonno si rilassino e vibrino al passare dell'aria producendo il fastidioso rumore cavernoso.

Naturalmente per impostare la terapia è necessaria una **Visita Specialistica per i disturbi del sonno**

che va richiesta ad un [Odontoiatra Certificato](#) in caso di :
eccessiva sonnolenza diurna, sonno inquieto, risveglio stanco, cefalea mattutina, reflusso gastroesofageo

Ma soprattutto quando il Russare diventa patologico e si trasforma in Apnea Ostruttiva del Sonno (OSA).



STUDIO DENTISTICO
Dr.ssa Sonia La Volpe



Dispositivo Orale
OdontoApneia®
Per il trattamento del russamento e dell'apnea ostruttiva del sonno

Russi?

[Chiama 328 07 67 785](tel:3280767785)

**La terapia contro il russare: il
Dispositivo di Avanzamento**

Mandibolare

Il dispositivo orale che utilizziamo nel nostro [Studio Dentistico](#) oramai da molti anni per risolvere i disturbi del sonno, è chiamato **Odontoapnea**.

Praticamente funziona posizionando in maniera corretta la mandibola evitando che blocchi il passaggio d'aria durante la respirazione notturna.

Infatti l' Odontoapnea è costituito da una doppia mascherina in resina da posizionare su entrambe le arcate.

Le due mascherine sono unite frontalmente da una piccola striscia di silicone.

Sicuramente è un dispositivo **comodo e facile da usare**.

Praticamente **bastano due sedute** per la sua costruzione : nella prima si prende l'impronta delle arcate e una cera che registra il contatto fra i denti.

Nella seduta successiva avviene la consegna e vengono impartite tutte le spiegazioni per la manutenzione del dispositivo medico su misura.

Naturalmente sono comprese anche le **sedute di controllo** successive.

Semplici consigli per non russare

Controlli Odontoiatrici

Sicuramente per non russare vanno prima risolti i **problemi di affollamento dentale** con una [Terapia Ortodontica](#)

Si consiglia anche una **Visita dall'Otorino** per controllare la presenza di problemi nasali come i polipi o la deviazione del setto.

Ma c'è un modo per addormentarsi che riduca la possibilità di russare?

Si, ed è quello di **coricarsi di lato**. Ma nei casi più gravi questo rimedio non è efficace come il MAD professionale.

Cosa mangiare e non mangiare

Ci sono delle regole di alimentazione per ridurre il russamento come :

non bere the o caffè, né alcolici o super alcolici nelle ore prima di dormire.

Inoltre evitare la sera un pasto troppo abbondante.

Autore dell'articolo



Dr.ssa Sonia La Volpe

Laureata e Abilitata in Odontoiatria e Protesi Dentaria con il massimo dei voti all' Università La Sapienza di Roma. Iscritta all' Ordine Provinciale di Roma dei Medici Chirurghi e degli Odontoiatri n° 0 03420

- [Segui](#)
- [Segui](#)
- [Segui](#)

Contatti

Studio Dentistico

D.ssa Sonia La Volpe

□

TELEFONO E WHATSAPP

328 07 67 785

N

EMAIL

dottoreassonialavolpe@gmail.com

a

INDIRIZZO

Via Mario Savini, 15 – 00136 Roma RM

}

ORARI STUDIO

- **Lunedì:** 10.30 / 13.30 – 16.30 / 19.30
- **Martedì:** 10.30 / 13.30 – 16.30 / 19.30
- **Mercoledì:** 10.30 / 13.30 – 16.30 / 19.30
- **Giovedì:** 10.30 / 13.30 – 16.30 / 19.30
- **Venerdì:** 10.30 / 13.30
- **Sabato e Domenica:** Chiuso

- [Segui](#)
- [Segui](#)
- [Segui](#)

w

Si comprende lingua spagnola

□

Accesso ai disabili