

Quels sont les autres intervenants

**Médecin généraliste
ou pédiatre**

Somnologue

spécialiste du sommeil.

Il peut demander un enregistrement du sommeil

Médecin ORL

Il va regarder l'intérieur du nez et le fond de la gorge pour vérifier que l'air peut bien passer.

Si c'est nécessaire, il t'opérera des amygdales ou des végétations,

Orthodontiste

spécialiste de la mâchoire.

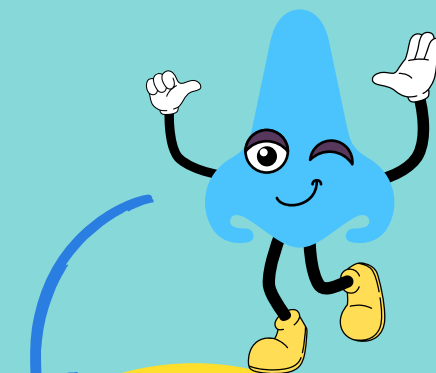
Il va observer la forme du palais pour savoir s'il permet à la langue de bien se positionner.

Si nécessaire, il peut mettre un appareil pour aider le palais à bien grandir, ou pour aider la mâchoire à bien se positionner.

Allergologue

Afin de rechercher d'éventuelles allergies qui gêneraient la respiration nasale

Pour aller plus loin

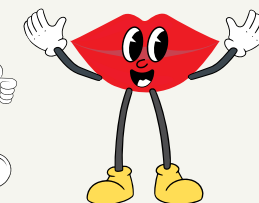
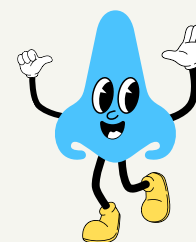
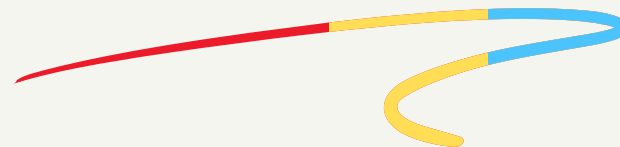


SCANNE MOI

<https://ideas-asso.org/>

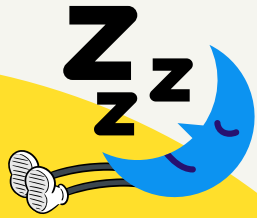
**Application sommeil
de marmotte**

Somno Prev'



**TROS de
l'enfant**

Qu'est ce que le SAHOS



Le syndrome d'apnée-hypopnée obstructive du sommeil (SAHOS) **est un trouble de la ventilation.**

Les **conduits respiratoires** en arrière de la gorge se rétrécissent ou **s'obstruent un moment pendant le sommeil.**

Pendant la nuit, quand l'air ne passe plus suffisamment, tu te réveilles sans t'en rendre compte, on appelle cela un "micro-éveil".

Ton sommeil est donc de **mauvaise qualité.**

L'objectif du traitement est de restaurer la respiration nasale, c'est-à-dire de supprimer l'obstacle au passage de l'air.

La prise en charge de l'apnée du sommeil est pluridisciplinaire : vous allez avoir plusieurs rendez-vous chez des spécialistes différents.

Quelles sont les causes

Un nez bouché

Tout ce qui va gêner la respiration par le nez va avoir tendance à favoriser les obstructions

Amygdales et végétations

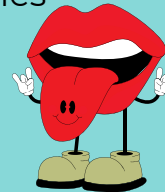
Lorsque ces tissus sont trop volumineux ils vont gêner le passage de l'air

Une petite mâchoire

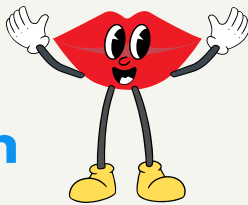
Lorsqu'elle est trop petite elle va favoriser les obstructions

La langue

La langue peut manquer de mobilité, de force et lors du sommeil venir reculer dans la gorge et gêner la respiration



Place de la rééducation



La rééducation va s'intégrer dans une prise en charge **pluridisciplinaire**

Elle va dépendre du bilan réalisé initialement

Les principaux axes de prise en charge sont :

Rétablir une respiration nasale

apprendre à se laver le nez, se moucher

Récupérer une position de repos langue au palais, lèvres fermées

Réduire la mastication, la déglutition, la phonation