



¿Arriesgar mi salud?

Cuando uno se queda sin respiración (apnea), pueden aparecer daños importantes. Las vías respiratorias están completamente cerradas y por algún tiempo el cerebro y los pulmones no reciben oxígeno. Esto dura hasta que el cerebro se da cuenta de la situación y despierta automáticamente a la persona sin que se dé cuenta: Se cierra la mandíbula, la lengua se mueve hacia adelante y la faringe se queda libre. El ciclo se puede repetir hasta 50 veces por hora durante la noche.

!
El grupo de más riesgo son los hombres entre los 40 y 60 años, así como las mujeres después de la menopausia.

Del cansancio, hasta el infarto miocardio

La apnea produce problemas serios, que no se deben subestimar: cansancio durante el día, problemas con el movimiento circulatorio y sobre todo, el infarto y muchos más. Personas que sufren bajo la apnea y no se dejan tratar para resolver este problema, tienen una expectativa de vida más corta.

!
La apnea trae consigo los siguientes efectos:

- Problemas entre la pareja
- Trastornos crónicos en el sueño
- Dolor de cabeza al despertar
- Cansancio y problemas con la capacidad de concentración
- Depresión
- Impotencia sexual
- Tensión alta
- Fuertes palpitaciones del corazón
- Infarto del miocardio
- Ataque de apoplejía
- Corta expectativa de vida



¿Usted o su pareja ronca?

Entonces hable con su ortodoncista o dentista. Para prepararse a la hora de su visita, conteste a las siguientes preguntas. Así Usted facilitará a su médico a pronosticar si sufre una apnea „inofensiva“ o „peligrosa“.

| | si | no |
|--|----|----|
| 1. ¿Ronca todas las noches a pesar de no haber bebido alcohol? | | |
| 2. ¿Su pareja sufre? | | |
| 3. ¿Se queda sin respiración? | | |
| 4. ¿Se siente cansado por la mañana? | | |
| 5. ¿Se despierta ya con dolor de cabeza? | | |
| 6. ¿Siente que su capacidad se reduce? | | |
| 7. ¿Se cansa varias veces al día sin motivo? | | |
| 8. ¿Se duerme fácilmente viendo la televisión o leyendo? | | |
| 9. ¿Se duerme en el cine o en el teatro? | | |
| 10. ¿Se cansa mientras está conduciendo? | | |
| 11. ¿Tiene dificultades en concentrarse una temporada? | | |
| 12. ¿Tiene la tensión alta y toma medicamentos? | | |
| 13. ¿Toma somníferos? | | |
| 14. ¿Tiene sobrepeso? | | |
| 15. ¿Sufre impotencia sexual? | | |

Si no puede contestar a todas las preguntas, hable con su pareja. Él o ella le podrá ayudar.

Consultenos:

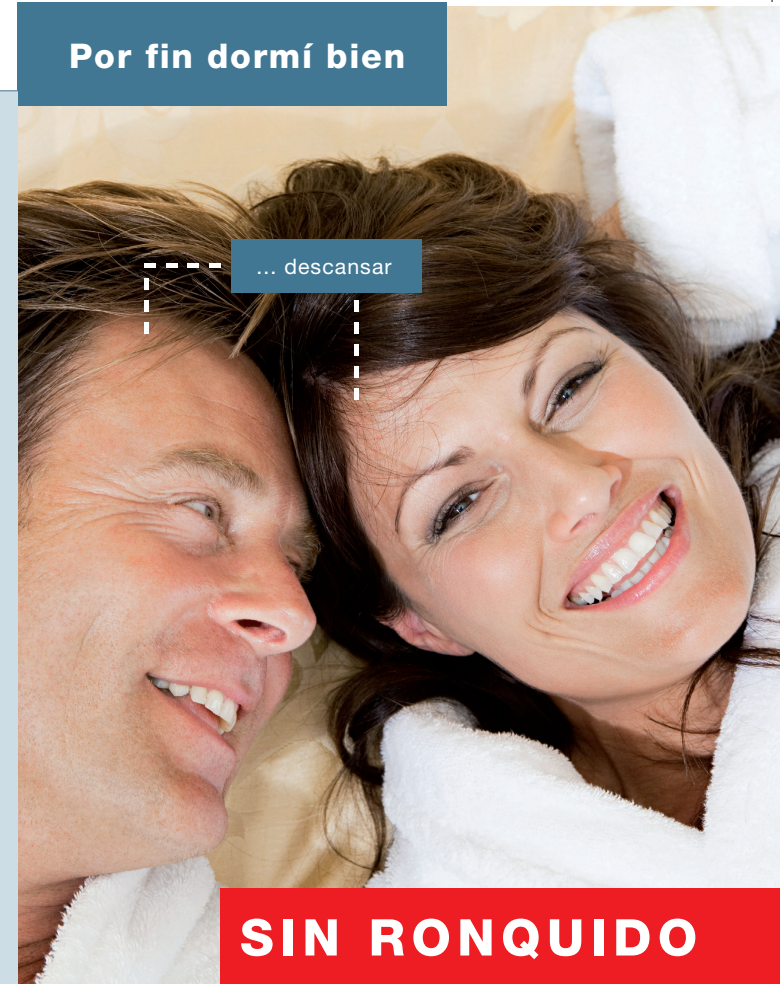
Queremos que duerma bien.



ES 91.04/5.000/11/11 G REF 0165.07



Por fin dormí bien



SIN RONQUIDO

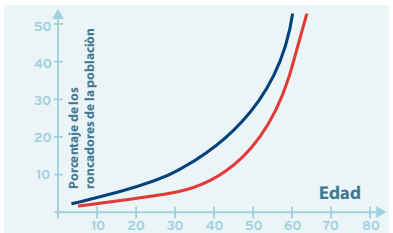
**Con la férula TAP®
Usted y su pareja disfrutarán
de un buen descanso**





¿Que es roncar?

Para muchos roncar es la expresión de un sueño profundo. Pero para otros es un trastorno amenazante entre la pareja o incluso un peligro para la salud. Los roncadores se sienten muchas veces solos. Un 60% de los hombres y un 40% de las mujeres a partir de los 60 años, así como un 10% de los hombres y un 5% de las mujeres a los treinta años roncan, y muchos de ellos sin saberlo.



Subida de los roncadores con los años

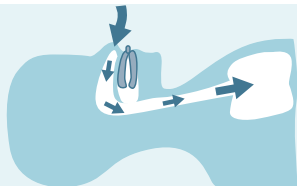
— Mujeres
— Hombres

¿Porqué se ronca?

Durante el sueño, las vías respiratorias se estrechan a causa del relajamiento de la lengua y de la faringe. Cuando respiramos se producen unas vibraciones de las membranas, que causan el sonido típico del ronquido.



Quando la mandíbula está en posición relajada, la lengua cae en la faringe provocando el estrechamiento de la vía respiratoria o incluso el colapso de ésta.



La férula TAP® mantiene la mandíbula hacia adelante (posición normal) y deja la vía respiratoria abierta.



TAP® – la solución fácil y rápida.

Si el ronquido destruye su relación, su salud o amenaza su vida, la solución más fácil es la **férula TAP®**. Esta férula inofensiva de plástico, puesta sólo durante el sueño, mantiene simplemente la mandíbula hacia adelante, liberando la vía respiratoria. Sin operaciones o terapias largas, su ortodoncista o dentista puede elaborar su férula individual y le resuelve inmediatamente el problema.

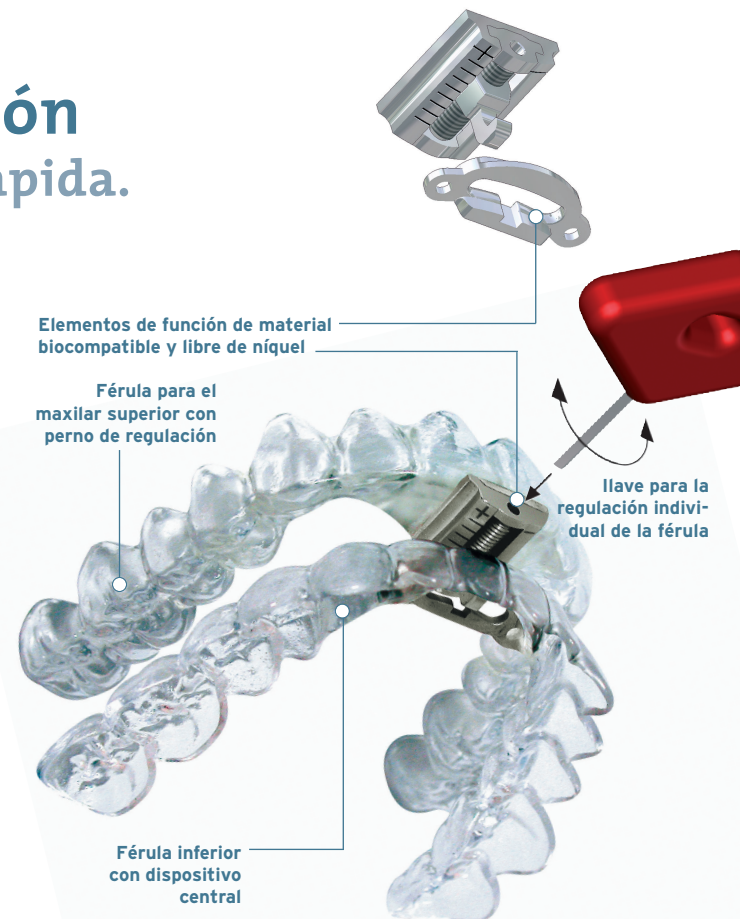
Un estudio científico dió como resultado, un 96% de éxito a través de personas que fueron tratadas con la férula TAP.
(* CHEST 116:1511-1518, Dez.99, J.Pancer et al. „Evaluation of Variable Mandibular...“)

La férula TAP®:

- ... de material biocompatible y libre de níquel = más confortable para el paciente
- ... se elabora especialmente para Usted
- ... se puede regular directamente
- ... es fácil de usar y cómoda
- ... procura una respiración sana y relajada

Los siguientes consejos contienen medidas fundamentales que deben tomarse para reducir el ronquido:

- Evitar comer mucho y no beber alcohol antes de acostarse.
- Si tiene sobrepeso, tiene que adelgazar.
- No dormir en posición supina.
- Dormir con la parte posterior de la cama alzada.
- No tomar medicamentos que pueden afectar la respiración.
- Humedecer el dormitorio.



TAP® – Su ayudante no sólo para blemas sanitarios.

La **férula TAP®** le puede ayudar a evitar el ronquido así como las consecuencias: problemas con la salud y con su pareja. No importa si Usted o su pareja ronca. Consulte su ortodoncista o dentista. Le informará con mucho gusto, ayudándole a resolver esta patología.



Muchas relaciones sufren a causa del ronquido. Consulte simplemente a su dentista. Le podrá explicar que la ayuda más simple contra el ronquido es la férula TAP®.