

Tableau clinique

Ronflement (rhonchopathie)

Informations de la SSORL
pour les patientes et patients

Informations générales

Le ronflement est très fréquent chez les personnes d'âge moyen. Environ 40% des hommes et près de 20% des femmes ronflent.

Symptômes typiques

Le ronflement simple gêne le ou la partenaire de lit. Les patientes et patients ne ressentent aucune gêne. Ils déclarent bien dormir et se lever reposés. Le ronflement est rythmique et régulier, sans pause respiratoire.

Diagnostic

Il convient d'exclure la présence d'apnées obstructives du sommeil (trouble de la ventilation nocturne) à l'aide d'une mesure nocturne de la saturation d'oxygène (pulsioxymétrie) qui peut être réalisée à domicile.

Méthodes de traitement

Les méthodes thérapeutiques envisagées sont:

- Perte de poids
- Privation d'alcool
- Resserrement du palais mou par radiofréquence (courant électrique hautes fréquences entraînant une cicatrisation et ainsi une rigidification)
- Implants palatins destinés à rigidifier le palais mou
- Orthèse palatine Velumount®
- Orthèse d'avancement mandibulaire



- Thérapie positionnelle: éviter de se coucher sur le dos lorsque le ronflement survient uniquement dans cette position.

En principe, le traitement du ronflement n'est pas une prestation prise en charge par l'assurance-maladie.



Fig: Luette longue d'un ronfleur (Source: Prof. K. Tschopp)

