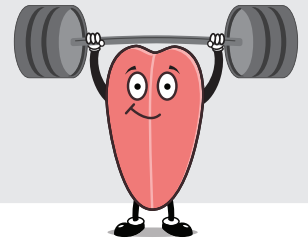


STRENGTHENS TONGUE,
LIP AND JAW MUSCLES



TONGUE, LIP AND JAW (TLJ) APPLIANCE

Myotalea® TLJは、舌、口唇、顎の筋肉を積極的に鍛えることのできる口腔内筋機能装置です。また睡眠呼吸障害 (BDS) の症状を示す患者さんの多くは、のどや咽頭部の筋肉が弱く、これらの筋肉を対象にしたエクササイズもあります。こういったエクササイズは、筋機能矯正治療やTMJBDS治療に不可欠です。

カラー: クリア

サイズ: スモール、ミディアム、ラージ

Myotalea® TLJは以下を含む軟組織の悪習癖改善を目的とします。

- 習慣性口呼吸
- 安静時に口唇が開く
- 低位舌
- のどや気道の筋肉が弱い
- 不正な嚥下パターン

使用方法

TLJはエクササイズの機能の利点を最大限に生かすために、最初は一日2回、3分間ずつ行うことを推奨します。以下のシンプルな手順で筋肉の強化を図ります。現在の筋機能に応じて徐々に推奨時間まで時間を延ばしてください。また筋力強化のためには、筋肉が疲労するまで行うことが重要です。

舌

舌で押えてキープ

- タンプレスチューブを上に向けて、TLJを口腔内に挿入します。
- 舌でタンプレスチューブを口蓋に押し付けます。
- 3回呼吸する間、その状態を保持し、口唇を閉じた状態で鼻から軽く呼吸してください。
- 顎を上げて行う方法*

口唇

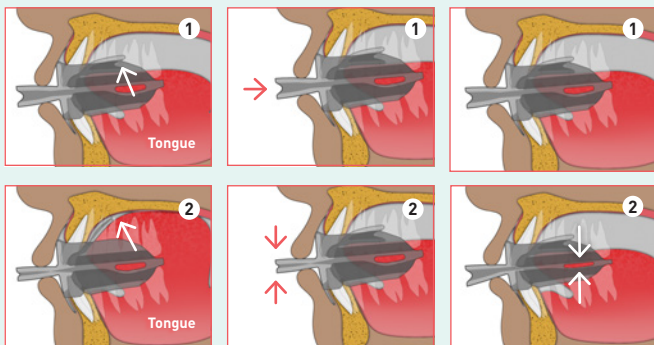
口唇で押さえてキープ

- TLJを口腔内に挿入し、リッププレスチューブを口唇に挟みます。
- 口唇をしっかりと閉じながらリッププレスチューブを圧縮します。
- 3回呼吸する間その状態を保持し、口唇を閉じた状態で鼻から軽く呼吸してください。
- 顎を上げて行う方法*

顎

顎で押さえてキープ

- TLJを口腔内に挿入し、違和感なく歯に適合していることを確認してください。
- 両側で軽く噛んで後方のエアースプリングを圧縮してください。
- 3回呼吸する間その状態を保持し、口唇を閉じた状態で鼻から軽く呼吸してください。
- 顎を上げて行う方法*



*顎を上げて行う方法: のどと気道の筋力を改善するために頭を後ろに傾けながら練習してください。

適応

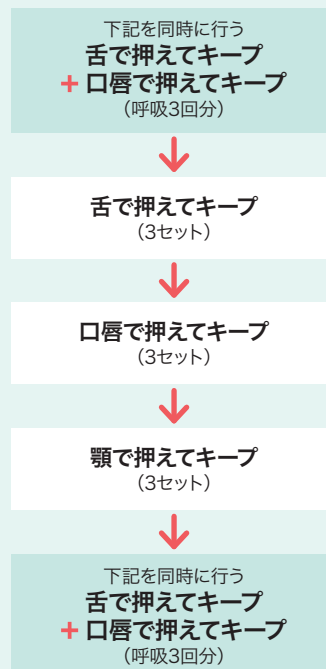
Myotalea® TLJは睡眠呼吸障害や顎関節症の症状がある場合に使用します。

舌、口唇、顎、のど、または気道周囲の筋肉に緊張低下のある患者には**Myotalea®**治療が適しています。



手順

歯科医師の指示があれば、下記の一連の手順でエクササイズを行うことも可能です。



応用編

顎を上げて行う方法
顎を上げた姿勢で左記の一連の手順を行います。頭頸部や顎に違和感がない程度の角度(目安は目線斜め上45度程度)で行うようにしてください。

