



Trouble temporo-mandibulaire (mâchoire)



Qu'est-ce que le trouble temporo-mandibulaire?

- Douleur et difficulté à bouger la mâchoire en raison d'un dysfonctionnement des muscles et des articulations sous-jacentes

Ma douleur va-t-elle disparaître?

- La durée et la gravité de la douleur peuvent varier d'un individu à l'autre
- Recevoir un traitement peut soulager la douleur et vous aider à reprendre les activités que vous aimez

Que puis-je faire?

Pour accélérer votre rétablissement:

- Participez à vos soins avec votre professionnel de la santé
- Continuez les activités quotidiennes même si vous ressentez de la douleur (dans des limites raisonnables)

Options de traitement potentielles à discuter avec votre fournisseur de soins de santé

- Éducation
- Gestion des autosoins et capacités d'adaptation à la douleur
- Thérapie myofasciale intra-orale
- Thérapie comportementale cognitive

Contactez votre fournisseur de soins de santé si vous ressentez l'un des problèmes suivants

- Gonflement, malocclusion (désalignement des dents et de la mâchoire), mouvement limité de la mâchoire ou de la bouche
- Incapacité à fermer la bouche
- Maux de tête
- Maux d'oreille
- Symptômes d'anxiété ou de dépression