



La ronchopathie, ou le ronflement, est constaté chez de nombreuses personnes, elle se produit à l'inspiration et parfois aussi lors de l'expiration durant le sommeil. Il est connu que de nombreux ronfleurs ignorent qu'ils ronflent et ne savent pas qu'ils peuvent nuire à leur entourage. Selon des médecins, ce genre de respiration qui fait du bruit peut être provoqué par un surplus de poids qui entraîne un rétrécissement des voies respiratoires à la gorge, par des polypes dans les voies nasales, une congestion nasale à cause d'un rhume ou d'une allergie ou par des amygdales trop volumineuses et un relâchement des tissus lié à l'âge. Selon les mêmes sources, le ronflement n'a aucune conséquence sur la santé s'il n'est pas suivi de complications. Les personnes à risque sont celles qui ont un voile du palais épais, des amygdales volumineuses, une luette allongée, un cou court, une mâchoire inférieure peu développée ou une cloison du nez déviée. Les femmes enceintes ronflent à cause de la prise de poids qui entraîne le rétrécissement des voies respiratoires. Dormir sur le dos peut aussi causer le ronflement. S'agissant du traitement, les médecins disent qu'il faut se faire consulter par un praticien spécialiste, lequel pourra détecter la cause et prévoir les mesures de traitement.

Selon nos mêmes sources, il existe des traitements non chirurgicaux qui consistent à réduire ou éliminer l'impact de certaines causes, comme celle de la congestion nasale, les allergies et autres. Les traitements chirurgicaux sont nécessaires pour les ronflements ayant des complications sur la santé. Il peut s'agir de chirurgie classique qui consiste à enlever de manière chirurgicale une partie du voile du palais ou la luette et parfois les deux afin d'élargir les voies respiratoires. Il est également possible d'enlever les polypes nasaux et les amygdales. Il existe d'autres formes de chirurgie par laser et également des traitements par radio-fréquence. Entre autres, il est nécessaire de prendre des mesures de prévention, lesquelles consistent à garder un poids santé, soutenir le cou et la tête par des oreillers qui permettent d'allonger le cou et dormir sur le côté ou mieux sur le ventre, d'autant que le fait de dormir sur le dos est un facteur de risque. Par ailleurs, des médecins disent qu'il faut éviter de prendre des somnifères et de l'alcool d'autant qu'ils augmentent le relâchement des tissus mous du palais et de la gorge et facilitent l'apparition du ronflement.

En somme, les personnes souffrant de ronflement doivent se soumettre à une consultation médicale pour en connaître la cause et pour qu'un traitement soit prescrit, puisque dans certains cas cela pourrait disparaître facilement.