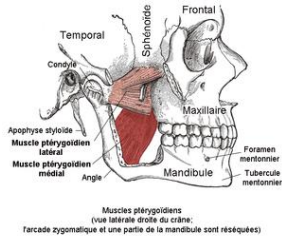


Cou partie 6: Ptérygoïdiens

Article publié le 2 août 2017



https://fr.wikipedia.org/wiki/Muscle_pt%C3%A9rygo%C3%AFdien_m%C3%A9dial

Ce sont des puissants muscles masticateurs. En massothérapie, nous les avons étudiés sommairement. Ils sont attachés directement à l'articulation de la mâchoire en 2 parties. La première à l'intérieur de l'os de la joue (arcade zygomatique) et à l'intérieur de la mandibule (mâchoire inférieure). La seconde partie s'attache au même endroit mais plus haut et va s'insérer directement à l'articulation temporo-mandibulaire.

C'est en comprenant où les muscles sont attachés que l'on peut comprendre leurs actions (bien sûr, plus qu'une). Alors, les personnes qui serrent des dents à cause de la colère ou de la douleur ou encore celles qui grincent des dents la nuit (bruxisme) auront ces muscles contractés en plus des maux de tête qui peuvent survenir.

Je ne suis pas une spécialiste de ce muscle mais je connais 1 ou 2 trucs pour le soulager. Par contre, un ostéopathe ou un massothérapeute spécialisé en articulation temporo-mandibulaire serait souhaité et je vous en référerai au besoin. L'exercice que j'avais donné pour le masseter pourrait aussi convenir.



<https://www.youtube.com/watch?v=g2jq0LB8b50>

Au lieu de serrer les dents dans les mauvais moments, souriez!!!