



CABINET DU COURS

L'APPAREIL FIXE MULTI -ATTACHES (« Les bagues »)

LA DOULEUR

Durant les premiers jours, vos dents peuvent être sensibles. Cette sensation est normale pendant la période de déplacement initiale des dents ou lors du changement de l'arc.

En début de traitement, les zones en contact avec l'appareil (lèvres, intérieur des joues...) peuvent être irritées. Pour soulager et permettre la cicatrisation le temps de l'adaptation, appliquer la cire fournie.

Pour cela veillez à bien sécher l'élément de l'appareil occasionnant la gêne et appliquez dessus une petite boule de cire. Si celle-ci est avalée, aucun danger, c'est une cire alimentaire.

Vous pouvez également appliquer un gel cicatrisant sur la zone irritée. Un échantillon de ce gel vous est également fourni.

L'HYGIENE

L'hygiène bucco-dentaire est **PRIMORDIALE**, il s'agit de la santé de vos dents et de vos gencives. Lors du port de l'appareil fixe multi-attaches, celle-ci est essentielle au bon déroulement du traitement orthodontique.

Un manque d'hygiène peut entraîner plusieurs problèmes liés à l'accumulation de la plaque dentaire :

- La formation de tartre
- L'inflammation de la gencive (gingivite)
- Des traces blanches irréversibles (décalcification de l'émail)
- Des caries

C'est pourquoi il est recommandé durant toute la durée du traitement de porter une attention toute particulière au brossage.

Celui-ci doit être réalisé dans l'idéal 3 fois par jour après chaque repas ou au minimum obligatoirement 2 fois par jour matin et soir.

Au moins 2 à 3 minutes sont nécessaires pour un bon nettoyage ; pour vous aider à respecter le temps, vous pouvez vous brosser les dents en écoutant votre chanson préférée.

LE BROSSAGE

Qu'il soit réalisé avec une brosse à dent **SOUPLE** manuelle ou électrique, il aura la même efficacité si les bons gestes sont adoptés :

- Ne pas mouiller sa brosse à dent
- Déposer la taille d'un petit pois en dentifrice
- Brosser les dents les unes après les autres
- Suivre un chemin (dernière dent à droite jusqu'à la dernière dent à gauche)
- Brosser séparément les dents du haut et les dents du bas
- Faire un mouvement de cercle en brossant la gencive et la dent
- Brosser toute la surface de la dent (devant, derrière, dessus, dessous)

La marque du dentifrice n'a pas vraiment d'importance, c'est surtout l'action du brossage qui compte !

LE BROSSAGE AVEC L'APPAREIL

Il est préférable d'utiliser des brosses à dents avec des têtes plus petites et aux poils souples en suivant les mêmes gestes décrits ci-dessus.

Pour compléter le brossage vous pourrez utiliser de petites brochettes interdentaires pour passer sous l'arc et entre les bagues.

Une fois le brossage des dents réalisé, n'oubliez pas de vérifier dans le miroir le résultat et de contrôler la propreté de vos dents.

L'ALIMENTATION

Il est important de maintenir une alimentation équilibrée, par contre certaines habitudes alimentaires, qui sont habituellement inoffensives, doivent être abandonnées pendant la durée de votre traitement ; à cause du risque d'endommager ou de décoller tout ou partie de l'appareil.

Si vous rencontrez un problème avec votre appareil (bagues décollées, arc sorti ou cassé...) appelez-nous pour que nous puissions vous donner un rendez-vous d'urgence. Nous ferons alors de notre mieux pour réparer votre appareil dans les plus brefs délais.

En effet, si l'appareil est endommagé il ne sera plus correctement actif. La durée du traitement en sera directement impactée voire rallongée.

Pour en prendre soin, il faut éviter de mordre avec les dents de devant. Préférez couper des petits morceaux afin de les mastiquer avec les dents du fond (les molaires).

Il est aussi formellement déconseillé de :

Manger **COLLANT** (chewing-gums, caramels, nougats, barre chocolatée...)

Mâcher **TROP DUR** (croûte de pain, crudités, saucisson, popcorn, carreau de chocolat, fruits à coque...)

RONGER/MÂCHOILLER (ongles, crayons, stylos...)

Tenter d'OUVRIR un emballage avec ses dents

EN CAS D'URGENCE

En cas de bague décollée ou de fil qui blesse, la première chose à faire est de nous contacter afin que nous puissions vous donner des conseils adaptés à la situation.

Si le cabinet est fermé, l'idéal est de patienter jusqu'à la réouverture.

En cas de douleur qui ne vous permet pas d'attendre, vous pouvez appeler votre dentiste traitant ou un dentiste de garde afin qu'il puisse couper le morceau d'appareil qui vous blesse.

CONCLUSION

Le respect des consignes est indispensable à la progression rapide et à la réussite du traitement.