

CONSEILS POUR LA REUSSITE DE VOTRE TRAITEMENT

1

Collaboration: seule une bonne collaboration entre vous et votre orthodontiste permet d'arriver à un traitement efficace et réussi (présence aux rdv, brossages...). Cela passe par l'écoute et le respect des engagements de chacun.

2

Le brossage: votre hygiène bucco-dentaire doit être irréprochable. Les bons conseils de brossage communiqués doivent être appliqués au quotidien. Un brossage insuffisant risquerait de faire apparaître des traces de décalcification irréversibles une fois votre appareil retiré ou de provoquer des infections gingivales qui réduiront les déplacements dentaires.

3

Visite chez le dentiste: rendre visite régulièrement à son orthodontiste ne permet pas de faire l'impasse sur les rdv chez votre dentiste (1 à 2x/an). C'est lui qui vérifie l'état de santé global de votre bouche, assure la prévention de caries, de maladies gingivales ou effectue les nettoyages et détartrages indispensables lors du port d'un appareil dentaire.

4

Une alimentation adéquate: certains aliments sont à proscrire ou doivent être consommés différemment.



Les fruits et légumes durs (pomme, poire, carotte...) et la viande doivent être coupés en petits morceaux et être mastiqués avec les molaires. Les grains de maïs doivent être retirés de l'épi avant consommation.



Le maïs soufflé, les barres chocolatées doivent être mangées avec précaution. A proscrire: les caramels et chewing-gum. Il faut aussi limiter un maximum l'alimentation sucrée (ex: bonbons, boissons sucrées) car elle abîme l'émail dentaire et est responsable de nombreuses caries.



Prudence avec le pain à croûte dure, la baguette ou la croûte de pizza.

Des questions ? Besoin d'élastiques supplémentaires ?
N'hésitez pas à contacter le cabinet au 071 40 14 59