

Bocage Orthodontie

Les règles d'or après la pose d'un appareil orthodontique

APRES LA POSE DE L'APPAREIL

- Durant les premiers jours, tes dents peuvent être sensibles. Cette sensation est normale et inévitable pendant la période de déplacement initial des dents ou lors du changement des arcs.
- Si l'inconfort est trop important, nous recommandons l'utilisation d'un analgésique léger comme le paracétamol (doliprane, efferalgan...).
- En début de traitement, si la lèvre et les joues sont blessées par l'appareil, appliquer de la cire sur la partie de l'appareil à l'origine de la blessure.
- Parfois, tu peux avoir de la difficulté à manger mais cette situation devrait retourner à la normale progressivement en quelques jours.

IL FAUT ABSOLUMENT EVITER

- Se ronger les ongles
 - Mâchonner les crayons
 - Manger des aliments trop collants et grignoter entre les repas
 - Manger du pain dur, type baguette ou grillé
 - Tous les aliments durs :
 - Carambar, Caramel
 - Chewing-gum, Malabar
 - Bonbons mous, collants, très durs à sucer.
 - Nougat, Mars, Snickers, barres de céréales
 - Noisettes, amandes, cacahuètes, raisins secs, tous les fruits séchés
- ❗ **SOLUTION** : Découper des petits morceaux et manger précautionneusement avec les molaires (grosses dents du fond) pommes, sandwichs, saucisse sèche, poulet ...

ORTHODONTIE ET PRATIQUE DE L'ACTIVITE SPORTIVE

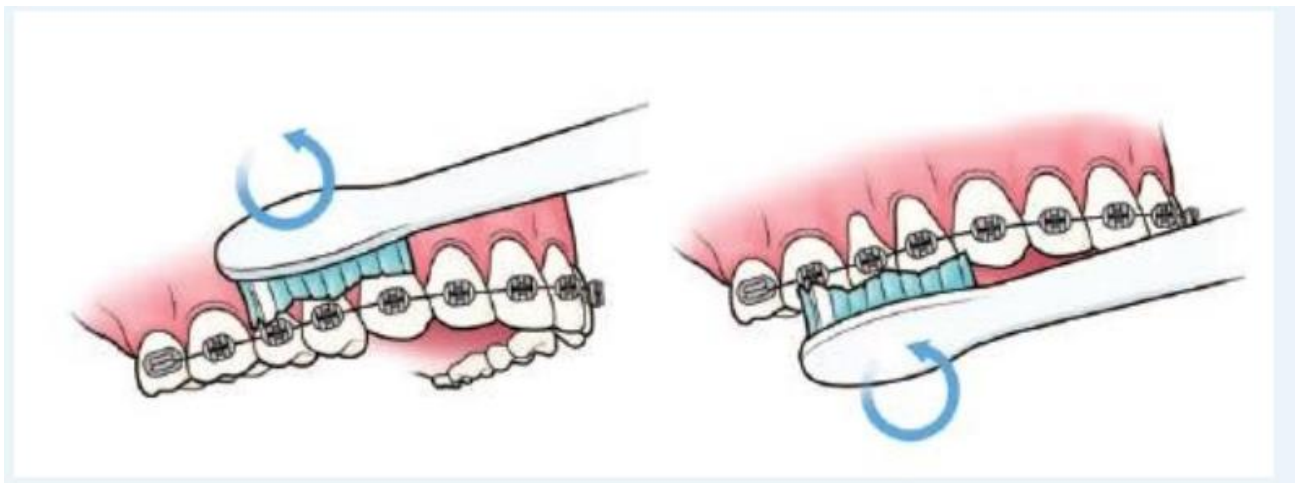
- Tous les incidents (décollements des attaches/bagues, déformation ou cassure des arcs, ...) vont entraîner une complication du traitement et augmenter sa durée.

Bocage Orthodontie

IL EST IMPERATIF

D'avoir une hygiène rigoureuse et irréprochable. Pour cela, il faut se brosser les dents, les gencives et l'appareil après chaque repas :

- Utiliser les brossettes interdentaires pour espaces larges (diamètre 1.5mm environ, ex : Inava rouge)
- Brosse à dents électrique (ex : OralB Pro3) ou manuelle souple (ex : Inava Sensibilité)



- De bien respecter les rendez-vous. Si un rendez-vous est manqué et qu'aucune place n'est disponible, nous ne pourrons pas te revoir avant 6 à 8 semaines.

LE RESPECT DES CONSIGNES EST INDISPENSABLE A LA PROGRESSION RAPIDE ET A LA REUSSITE DU TRAITEMENT