

TON APPAREIL FIXE :



Si tu prends soin des appareillages que nous avons placé dans ta bouche, tu n'auras pas d'ennuis. Cependant, si tu ne respectes pas ce qui suit, tu vas causer des dégâts qui risqueront de compromettre le résultat du traitement ou d'en prolonger la durée.

Recommandations :

- ☺ Durant les 24 heures qui suivent la pose de ton appareil, contente-toi d'une alimentation plutôt liquide et pas trop chaude.
- ☺ Durant tout le traitement, ne ronge pas tes ongles, ne mâchonne pas de crayons ou d'objets similaires, ne touche pas tes appareils avec les doigts.

Ton appareil est suffisamment robuste pour résister à la mastication des aliments ; néanmoins, tu dois absolument éviter deux types de nourriture :

- 1. les aliments très durs**
- 2. les aliments collants**

1. Les aliments très durs peuvent causer des dégâts en pliant les fils et en cassant le ciment placé sous les bagues ou brackets, ceux-ci peuvent se décoller par la suite.

Evite :

- de mordre dans des carottes crues entières, débite-les en morceaux
- de mordre dans les pommes entières, coupe- les en petits quartiers
- de manger du pain dur (attention aux sandwiches)
- de ronger tes ongles
- d'utiliser tes dents pour ouvrir des noix, noisettes, cacahuètes, bouteilles, etc...

2. Les aliments collants sont dangereux à double titre, car, en plus de leur haute teneur en sucre, ils peuvent tordre les fils, mais surtout décoller les bagues ou brackets.

Evite :

- les chewing-gums
- les caramels (carambar, sugus, etc ...)
- Le nougat

Les bonbons durs et sans sucre sont permis, à condition de ne pas les croquer mais les sucer.



Les aliments à haute teneur en sucre sont néfastes, ils transforment les bactéries de la bouche en acide et cet acide provoque la carie. Tu peux manger du chocolat et des sucreries, mais après les repas principaux en guise de dessert, après quoi, tu iras directement te laver les dents.

Afin d'éviter des caries et une inflammation des gencives, brosse-toi les dents et les gencives après chaque repas. Le soir, en plus du brossage, utilise les brosettes Candida que nous t'avons donné, afin d'éliminer les restes alimentaires et de plaque dentaire qui se coincent à l'appareil. Avant de te coucher, utilise un rinçage d'eau fluorée.

Les jours suivant la mise en place de l'appareil, tes dents seront mobiles et sensibles à la pression. Cette gêne provient de la tension due aux bagues/brackets et au fil, elle se dissipera au bout de 4 à 5 jours. Tu peux éventuellement prendre un analgésique (par exemple Panadol ou Daphalgan).

Toute les 4 à 6 semaines, nous changerons les arcs, et cette tension réapparaîtra, mais seulement pour une durée plus brève.

Au besoin, nous te donnerons de la cire pour te permettre de couvrir les parties de l'appareillage qui pourraient irriter tes joues ou ta langue.

Si un fil proéminent devait te blesser, colle dessus un morceau de cire, ou si tu n'en as plus, un chewing-gum et téléphone-nous.

Si tu constates qu'une bague ou bracket s'est décollée, **téléphone-nous**. Si tu constates qu'un arc est cassé, **téléphone-nous aussi**. Car en effet, à l'endroit de la rupture de l'arc, ou du bracket décollé, les dents vont se déplacer rapidement dans une direction indésirable.

Si tu te conformes à nos conseils, tu verras avec plaisir tes dents prendre la position désirée dans les délais prévus. Ta coopération est l'essentiel du traitement, elle détermine la durée et la réussite de nos efforts communs