

les brackets



les bagues



Si tu prends soin des appareillages que nous avons placés 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.

Les jours suivant la mise en place de l'appareil, les dents seront mobiles et sensibles à la pression. Cette gêne provient de la tension due aux brackets et au fil, elle se dissipera au bout de 4 à 5 jours. En cas de douleurs trop fortes, un analgésique qu'on peut obtenir en pharmacie peut aider.

Toutes les 4 à 8 semaines, nous changerons les arcs, et cette tension réapparaîtra, mais seulement pour une durée plus brève.



Recommandations :

- ☺ Durant les 24 heures qui suivent la pose de l'appareil, nous recommandons alimentation plutôt liquide et pas trop chaude.
- ☺ Durant tout le traitement, ne pas ronger les ongles, ne pas mâchonner de crayons ou d'objets similaires, ne pas toucher les appareils avec les doigts.

L'appareil est suffisamment robuste pour résister à la mastication normale des aliments, mais il n'est pas indestructible; néanmoins, **deux types de nourriture doivent être évités :**

1. Les aliments très durs

Ils 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.

Ce qu'il faut éviter:

- mordre dans des carottes crues entières, mieux vaut les débiter en morceaux

- mordre dans les pommes entières, mais couper en petits quartiers
- manger du pain dur (attention aux sandwiches)
- ronger les ongles
- utiliser tes dents pour ouvrir des noix, noisettes, cacahuètes, bouteilles, etc...

2. Les aliments collants

Ils 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.

Ce qu'il faut éviter:

- 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. On peut manger du chocolat et des sucreries, mais après les repas principaux en guise de dessert et suivi d'un brossage des dents.



Un **brossage** des dents et des gencives **après chaque repas** permet de prévenir l'apparition de caries et d'inflammations des gencives. Le soir, en plus du brossage, les petites brochettes Candida que nous avons données, aident à éliminer les restes alimentaires et de plaque dentaire qui se coincent à l'appareil, suivi d'un rinçage d'eau fluorée.

Si des parties de l'appareillage irritent les joues ou la langue elles peuvent être couvertes avec de la cire que nous avons donnée. S'il n'y a pas de la cire à disposition, un bout de chewing-gum collé par-dessus peut dépanner.

Au cas où un bracket s'est décollé ou un arc s'est cassé, il faudra **nous téléphoner**, 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.

En se conformant à nos conseils, ça sera un plaisir de voir les dents prendre la position désirée dans les délais prévus. La coopération est l'essentiel du traitement, elle détermine la durée et la réussite de nos efforts communs.