

## L'alimentation et les habitudes nocives

Les appareils d'orthodontie sont très résistants mais ne sont pas indestructibles . Certaines habitudes alimentaires ou gestes peuvent nuire au bon déroulement du traitement. En effet, ils entraînent la fragilisation des crochets, le décollement des bagues et la déformation des arcs. De plus, ils empêchent aux dents de faire leurs mouvements dans de bonnes conditions. Un appareil endommagé entraîne inévitablement un allongement de la durée du traitement.

### Il faudra adapter son alimentation :



Les aliments collants, durs ou croustillants sont proscrits : tous types de bonbons, cacahuètes, pop corn, légumes crus, pâtes à pizza, etc ...

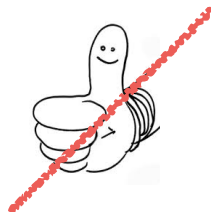


Le pain à croûte dure est interdit : il doit être remplacé par du pain de mie ou brioché.



Eviter d' « arracher » la nourriture : exemple pour les pommes, préférer les morceaux

### Il faudra supprimer tous les tics :



On ne se ronge pas les ongles, on ne croque pas les stylos, on ne suce pas son pouce , on ne mords pas ses lèvres, etc ...



Pour les patients qui pratiquent un instrument de musique à vent ou un sport de combat ( exemples : karaté, boxe, rugby, etc...) le risque de décollements est augmenté.  
Il faudra être plus vigilant lorsque l'appareil sera posé.  
Veuillez-nous en informer si c'est le cas.

