

L'hygiène avec un appareil fixe (collé ou scellé)

Les appareils d'orthodontie retiennent les aliments
et rendent le brossage plus difficile.

Pour éviter l'accumulation d'aliments dans les recoins de l'appareil
et l'apparition de carie,
il faut **se brosser les dents régulièrement et avec la bonne méthode.**

Les bons outils



Un dentifrice

+



Une brosse à dents

+



Des brossettes
inter-dentaires

La bonne méthode

1. Brosser toutes les faces des dents du rose vers le blanc (méthode du « rouleau ») ou en faisant des petits mouvements circulaires.
2. Incliner la brosse à dent à 45 ° pour passer au dessus et au dessous des bagues.
3. Terminer le brossage avec la brossette inter-dentaire : elle doit être passée entre chaque bague et entre le fil et les dents.

Les petits conseils en plus



Une brosse à dents électrique
pour faciliter le brossage.



Un révélateur de plaque
pour vérifier le résultat.



Un brossage = 3 minutes
Et pas 30 secondes.

Si l'hygiène dentaire n'est pas suffisante, il y a un risque de voir apparaître des tâches blanches ou marrons (appelées Leucomes) sur les dents. Ces tâches sont le signe d'une déminéralisation de l'émail de la dent. A un stade plus avancé, il s'agit de l'apparition de caries Ces dommages sont irréversibles, c'est à dire qu'ils ne pourront plus partir.

