

## L'IMPORTANCE DE L'HYGIENE BUCCO-DENTAIRE PENDANT

### UN TRAITEMENT ORTHODONTIQUE

Un bon entretien de l'hygiène bucco-dentaire est essentiel, mais il revêt une importance particulière lorsqu'on porte un appareil orthodontique. Ce document vise à vous informer sur les raisons pour lesquelles une hygiène bucco-dentaire parfaite est cruciale pendant un traitement orthodontique, ainsi que les mesures que vous devez prendre pour maintenir votre santé dentaire.

#### 1. Pourquoi une Hygiène Bucco-Dentaire Parfaite est-elle cruciale avec un Traitement Orthodontique ?

Un appareil orthodontique, qu'il s'agisse de multiattache (« bagues »), de gouttières ou tout autres dispositifs, rend le nettoyage des dents plus complexe. Voici pourquoi une hygiène bucco-dentaire rigoureuse est essentielle :

- ❑ **Gestion de la plaque dentaire et prévention des caries** : Les traitements orthodontiques peuvent parfois augmenter la formation de plaque dentaire par le fait que des résidus alimentaires peuvent s'accumuler autour des attaches et des fils, créant des zones propices à la formation de caries.
- ❑ **Prévention des problèmes de gencives** : Une mauvaise hygiène buccale peut également provoquer des inflammations des gencives, voire des infections.
- ❑ **Une bonne hygiène bucco-dentaire contribue donc au bon déroulé de votre traitement orthodontique.**

#### 2. Soins Quotidiens :

Mesures à prendre pour maintenir une hygiène bucco-dentaire parfaite :

- ❑ **Brossage des dents** : Brossez vos dents après chaque repas, en utilisant une brosse à dents **souple** et une pâte dentifrice fluorée. Soyez minutieux et assurez-vous d'atteindre toutes les surfaces des dents, y compris autour des attaches et des fils.
- ❑ **Utilisation du fil dentaire/ Brossette** : En plus des brossages réguliers après chaque repas, utilisez du fil dentaire si votre traitement est réalisé par gouttières, ou d'autres dispositifs de nettoyage interdentaire (Brossettes, Hydropulseurs) pour les traitements réalisés en multiattache afin d'éliminer les résidus alimentaires entre les dents et autour des attaches.
- ❑ **Bains de bouche** : Un bain de bouche antibactérien peut aider à réduire la plaque dentaire, mais il faut seulement l'utiliser ponctuellement, pas de manière systématique.
- ❑ **Visites régulières chez l'orthodontiste** : Respectez bien les rendez-vous qui vous sont donnés pour les contrôles, activations et suivi de votre traitement.

#### 3. Éviter Certains Aliments :

Pendant votre traitement orthodontique par techniques fixes (« bagues ») évitez les aliments durs, collants, ou ceux qui peuvent endommager vos dispositifs orthodontiques. Cela réduira le risque de casse mais aussi de caries.

#### 4. Gestion des Inconforts :

Il est normal de ressentir un certain inconfort ou douleurs au début du traitement, ou suite aux Rdv de réglages et activations. Vous pouvez prendre des antalgiques ou analgésiques recommandés par votre orthodontiste pour soulager la douleur temporaire.

#### 5. Objectifs et Résultats :

La coopération et le suivi des recommandations de votre orthodontiste sont cruciaux.

Une hygiène bucco-dentaire rigoureuse est également essentielle pour obtenir les meilleurs résultats de votre traitement orthodontique.

## **6. Questions et Préoccupations :**

N'hésitez pas à poser des questions à votre orthodontiste à tout moment concernant l'entretien de votre hygiène bucco-dentaire pendant le traitement.

Nous espérons que cette fiche d'information vous a aidé à comprendre l'importance d'une hygiène bucco-dentaire parfaite pendant un traitement orthodontique. **En maintenant une hygiène bucco-dentaire rigoureuse, vous favorisez le succès de votre traitement et préservez la santé de vos dents et de vos gencives.** Si vous avez des questions ou des préoccupations, n'hésitez pas à nous contacter. Votre sourire et votre santé bucco-dentaire sont nos priorités.