

LA CONTENTION

Félicitations ! Vous avez terminé votre traitement orthodontique, et il est maintenant temps de passer à la phase de contention qui est essentielle pour maintenir les résultats de votre traitement et garantir sa stabilité. Voici quelques informations importantes pour vous guider dans cette étape de votre traitement orthodontique.

1. Comprendre la Contention Orthodontique :

La contention orthodontique consiste à utiliser des appareils pour maintenir vos dents dans leur nouvelle position après le retrait de vos appareils orthodontiques. Il est essentiel de suivre attentivement les instructions de votre orthodontiste pour assurer la stabilité de votre sourire.

2. Types de Contentions :

Il existe deux types principaux de contentions :

- Contention fixes : un fil de contention le plus souvent métallique, fin, est collé à l'arrière de vos dents, généralement de canine à canine, inférieures et / ou supérieures
- Contention amovible : gouttières ou plaques à porter principalement chez soi et la nuit pendant une période de 1 à 2 ans selon les cas. Peut concerner une ou les deux arcades dentaires.

Votre orthodontiste vous expliquera quel type de contention est le mieux adapté à votre cas.

3. Port continu :

La contention amovible nécessite un port régulier chaque jour surtout au cours des premiers mois. Vous devrez porter votre dispositif de contention conformément aux recommandations de votre orthodontiste. Le non-respect de ces consignes pourrait entraîner des déplacements dentaires.

4. Entretien :

Les fils de contention et les gouttières doivent être maintenus propres. Suivez les instructions de votre orthodontiste pour le nettoyage et l'entretien de votre contention. Cela vous aidera à maintenir une bonne hygiène bucco-dentaire.

5. Surveillez les changements :

Restez vigilant quant à tout changement que vous pourriez remarquer. Si vous constatez que votre fil de contention est endommagé ou que vos dents bougent, contactez immédiatement votre orthodontiste.

6. Visites de suivi :

Des visites de suivi régulières chez votre orthodontiste sont essentielles pour s'assurer que votre contention fonctionne correctement et pour détecter tout problème à un stade précoce.

7. Durée du port de la contention :

La durée du port de la contention varie d'un patient à l'autre. Votre orthodontiste vous indiquera combien de temps vous devrez porter votre dispositif de contention. Parfois à vie pour les adultes

8. Changements alimentaires :

Certaines restrictions alimentaires peuvent s'appliquer pour éviter d'endommager votre contention. Évitez de mordre dans des aliments durs et collants qui pourraient décoller les fils collés et bien évidemment ne pas manger avec des gouttières ou plaques.

9. Maintenir votre sourire :

La contention est cruciale pour maintenir votre nouveau sourire. Il est important de suivre toutes les recommandations de votre orthodontiste et de prendre soin de vos dents pour un sourire sain et magnifique.

10. Ne négligez pas le suivi dentaire :

Continuez à consulter votre Chirurgien-Dentiste pour des visites de contrôle régulières et maintenez un niveau d'hygiène bucco-dentaire optimal.

La contention orthodontique est une étape cruciale de votre traitement, et en la suivant correctement, vous garantissez la stabilité de votre beau sourire. N'hésitez pas à poser des questions à votre orthodontiste si vous avez des préoccupations spécifiques.

Nous sommes fiers de vous accompagner dans votre parcours orthodontique, et nous sommes là pour vous aider à maintenir votre sourire radieux !