

## Cécile Nigoghossian

Docteur en Chirurgie Dentaire  
Spécialiste Qualifié en Orthopédie Dento-Faciale

### Recommandations concernant votre appareil multi-attaches

Votre orthodontiste vient de vous poser un appareillage multi-attaches. Des **attaches** sont collées sur chaque dent et reliées à un **arc** par des **ligatures**.



Vous trouverez ci-dessous quelques recommandations vous permettant de vous habituer au plus vite à votre appareil.

Pour que cet appareil puisse remplir son rôle, et ce le plus rapidement possible, nous avons également besoin de votre coopération.

#### Douleurs :

L'appareil commence à agir dès aujourd'hui et il est normal de ressentir d'ici quelques heures une tension plus ou moins douloureuse dans les dents.

Cette douleur varie de 24 h à quelques jours et peut parfois ne pas apparaître.

La mastication risque d'être douloureuse durant cette période. C'est pourquoi nous vous recommandons de consommer des aliments souples et faciles à mastiquer (gratins, soupes, purées, riz, omelettes ...)

Une ordonnance **d'antalgiques** vous a été préparée. Ces antalgiques sont à prendre à chaque repas jusqu'à ce que la douleur disparaisse.

#### Blessures :

Votre appareil représente un volume nouveau auquel vous allez vous adapter en quelques jours. Il peut parfois occasionner quelques **irritations**, ou aphtes.

Une ordonnance de **bains de bouche** vous a été préparée. Ces bains de bouche sont à faire après chaque brossage durant les quelques jours où ces irritations peuvent survenir.

Nous vous avons montré comment utiliser la **cire** qui permettra de vous soulager.

La cire doit être utilisée en toute petite quantité. Elle ne peut tenir que posée contre le métal qui devra être le plus sec possible (elle ne peut pas tenir si elle touche la gencive !). Il faut appuyer

fermement dessus pour l'écraser et lui permettre de tenir. La cire, bien utilisée, tient jusqu'au prochain brossage ou repas.

### **Brossage :**

Le brossage doit être fait selon la technique que nous vous avons indiquée, de préférence après chaque prise alimentaire, et **au minimum matin et soir**, soigneusement, sur chaque face de chaque dent et au moyen d'une brosse à dents **souple**.

Un brossage insuffisant laissera la plaque dentaire s'accumuler au contact de l'émail, créant une attaque acide, responsable de **taches blanches indélébiles** sur la surface des dents.

### **Le brossage électrique :**

Brosse à dents recommandée : Oral B Professional Care®, Braun, brossettes « ORTHO ».

Nous ne manquerons pas de vous montrer la technique de brossage électrique avec votre propre brosse à dents si vous le souhaitez.

### **Passage des brossettes :**

Le passage d'une brossette interdentaire de **dimension appropriée** est indispensable au minimum tous les soirs, et si possible lors de chaque brossage.

Cette brossette est à passer sous le fil, au contact des côtés de chaque attache.

Une ordonnance indiquant le diamètre de brossette adéquat à utiliser vous a été remise.

Si vous portez des bagues en linguale, différents diamètres de brossettes sont à utiliser en passant **le plus gros diamètre possible** selon les espaces.

### **Alimentation :**

Certains aliments sont susceptibles de fracturer des éléments de l'appareil et seront **à éviter toute la durée du traitement**. Il s'agit des aliments :

- **durs** : bonbons durs, pain grillé, quignons de pain, petits pains suédois, carottes entières crues, fruits secs, tranches épaisses de saucisson ou petits saucissons apéritifs, barres de céréales, glaces dures sortant du congélateur...
- **collants** : bonbons collants (**TOUS** les bonbons gélifiés sont collants !), caramels, nougatine, nougat...
- **croqués** : les pommes et autres fruits durs peuvent être coupés en fins quartiers mais ne doivent pas être croqués. Le pain ou les sandwiches peuvent également être coupés en petits morceaux mais il faut éviter de croquer à pleines dents dedans.

### **Habitudes à modifier :**

Pour ne pas fracturer votre appareil il faut également éviter de mâchonner les capuchons de stylos, de se ronger les ongles et d'interposer des objets entre les dents.

**Chaque attache décollée entraîne une prolongation du traitement de 2 mois ! (3 attaches décollées = 6 mois de traitement en plus !!!)**

Nous sommes à votre disposition pour tout renseignement complémentaire ou toute question.

**Toute l'équipe du cabinet d'Orthodontie**