



## **INVISALIGN**

Nous venons de mettre en place vos premiers aligneurs, afin de vous aider à vivre ce traitement de la façon la plus confortable possible, voici quelques indications :

- Les aligneurs doivent être portés 21h/24 ;
- Chaque aligneur est numéroté sur sa face occlusale ainsi que sur la pochette qui le contient ;
- Chaque série d'aligneurs doit être rapporté au cabinet lors de la séance suivante, ne jetez aucun aligneur ;
- Vos aligneurs seront brossés, en dehors de la bouche, avec du dentifrice et une brosse à dent, au minimum 2 fois / jour ;
- Vous pouvez également les désinfecter une fois / semaine avec « Retainer Brite » (disponible sur Amazon) ;
- Si un aligneur vous blesse légèrement, vous pouvez utiliser une lime à ongle en carton et adoucir le contour blessant ;
- Si par mégarde, vous perdez un aligneur ou qu'un aligneur se fracture, il faut passer à l'aligneur suivant. Si vous n'avez plus d'autre aligneur, remplacez l'aligneur précédent.

**IL EST IMPERATIF DE NE PAS RESTER SANS ALIGNEUR EN BOUCHE.**

Le cabinet du Dr Temstet vous permet d'être suivi de façon hebdomadaire pour un traitement de haute qualité, nous vous remercions de bien suivre les notifications que nous vous adressons suite à vos prises de scan.

Nous sommes toujours disponibles par mail : [natacha.temstet@gmail.com](mailto:natacha.temstet@gmail.com) ou par téléphone pour répondre à toutes vos interrogations.

## **Les 10 commandements**

### **De l'Orthodontie**

1. Tes aliments tu couperas
2. Les bonbons, les sucreries tu éviteras
3. Chaque jour les dents tu brosseras
4. Si tu décolles les bagues la secrétaire tu préviendras
5. Ton rendez-vous jamais tu n'oublieras
6. Les choses dures jamais tu ne croqueras
7. Ne pas casser ton appareil tu essaieras
8. Les appareils sérieusement tu porteras
9. Quand tu n'en peux plus à l'équipe tu parleras
10. Et un sourire chaque fois tu nous feras.

## **Recommandations pour l'emploi** **et l'entretien de l'appareil**

Un appareillage orthodontique fixé métallique ou céramique vient d'être posé. Il se compose de :

- Plaquettes métalliques ou céramiques (appelées brackets) et de bagues ou tubes collés sur les molaires.
- Un ou deux arc(s) métallique(s) reliant toutes les dents en passant dans les brackets.

### **Précautions à prendre**

#### 1. L'alimentation :

Afin de protéger au mieux l'émail lors du démontage final, la colle fixant les brackets est expressément assez fragile. Il faut donc éviter absolument à la fois les aliments durs (fruits et légumes à croquer, baguette et autres pains durs, bonbons durs ...) et les aliments fort collants (bonbons collants, chewing-gum, caramels,...). Il faut éviter à tout prix les objets en bouche (crayon, bic, autres ...) qui abîment tous les appareils !

#### 2. L'hygiène :

En présence d'un appareil fixe, il est impératif de se brosser les dents après chaque repas, sans aucune exception. Après la pose de l'appareil nous vous donnons une trousse d'hygiène qui comporte :

- une brosse à dent avec une brossette inter-dentaire à l'autre extrémité, afin de brosser les dents après un repas à l'extérieur (même sans dentifrice) ;
- Un sablier pour le temps de brossage ;
- De la cire orthodontique, à appliquer si les brackets provoquent des blessures ;
- Du fil dentaire ;
- Du révélateur de plaque (petite pastille violette).

Il est très important de bien dégager tous les résidus alimentaires retenus par l'appareillage, sous peine de voir se développer des déminéralisations (zones blanches), puis des caries (cavités) tout autour des attaches de l'appareil.

#### 3. Les sensations muqueuses :

Les premiers jours des irritations des muqueuses plus ou moins importantes sont normales. À titre préventif (2-3 premiers jours), un bain de bouche 2 fois par jour avec du ALODONT sera salutaire. En cas de forte irritation strictement locale, et bien qu'il vaille mieux attendre la réaction spontanée de l'organisme, l'emploi de la cire orthodontique pour emballer la plaquette incriminée permettra d'éliminer directement la sensation. Il s'agit en pratique de paraffine parfaitement comestible.

#### 4. Les sensations dentaires :

Les 4 à 7 premiers jours, les dents seront sensibles à la pression. Il s'agit d'une arthrite dentaire, qui sera aisément soulagée par le froid ( un verre d'eau du réfrigérateur ou une crème glacée) et/ou par la prise d'un anti-inflammatoire léger (aspégic selon l'âge et el poids du patient).

**En cas d'incident : (attache décollée, arc qui pique au fond des joues ...), contactez-nous directement au cabinet.**