

Les aligneurs

CONSEILS UTILES & PRÉCAUTIONS IMPORTANTES

Pour la réussite du traitement, il faut respecter les conseils du docteur et s'impliquer personnellement !



Mon appareil

Les aligneurs sont des dispositifs fait sur mesure qui corrigent l'alignement de vos dents et le décalage entre vos mâchoires (grâce à un port d'élastiques). Les taquets transparents collés sur vos dents permettent de potentialiser les déplacements dentaires. Le principal avantage de ce dispositif est sa discrétion.



Je les porte minimum 22h/24h

Ils sont à retirer uniquement pour le brossage des dents, les repas ou pour boire autre chose que de l'eau froide.



Je les range

dans leur boîte dès que je les enlève.



Les boissons chaudes et la cigarette

peuvent endommager les aligneurs.

A chaque changement d'aligneur, nous vous donnerons des « Chewies » à mastiquer 10 minutes par jour pour parfaire l'adaptation de celui-ci. Gardez toujours l'avant dernier aligneur, en cas de perte ou casse de l'aligneur en cours.

Vous pouvez éprouver quelques difficultés à parler correctement les premiers jours et ressentir des sensibilités à chaque changement d'aligneur, mais pas d'inquiétude, cette période d'adaptation ne dure que quelques jours.



En cas de problème :

J'appelle le Docteur Petitprez et son équipe !

Une bonne hygiène dentaire

Je me brosse les dents du rose vers le blanc, de la gencive vers la dent. Je brosse d'abord les dents du haut, puis du bas, sur toutes les faces : dessus, devant, derrière, en suivant un chemin pour n'oublier aucune dent !

Nettoyage

Pour une bouche toujours propre



3 fois par jour
après chaque repas.



3 minutes
avec un sablier, une montre...



Nettoyer votre gouttière
à l'aide d'une brosse à dents
et un peu de dentifrice,
sous l'eau froide.



Je scanne ce QR Code pour visionner comment bien entretenir vos aligneurs !

Les bons outils

Pour un nettoyage efficace



Un dentifrice fluoré
avec un dosage
adapté à mon âge.



Une brosse à dents à poils souples
manuelle ou électrique,
qu'il faut changer tous les 3 mois.

Et pour finir :

Je ne mange pas trop sucré, j'adopte une alimentation variée et équilibrée
et je consulte mon dentiste au moins une fois par an !



**DR.
PETITPREZ**
Orthodontiste