

Instructions de brossage dentaire avec un appareil orthodontique fixe



- 1 -



- 2 -

Utilise les produits que nous t'avons recommandés :
Brosse et bossettes orthodontiques (-1-)
Dentifrice pharmaceutique.
Révélateur de plaque dentaire et accessoirement bains de bouches pharmaceutique. (-2-)

Brosse toi les dents 3 fois par jour :

- Le matin après le petit déjeuner.
- Après le repas de midi ou après le goûter si tu manges à la cantine.
- Le soir après dîner.

La durée du brossage est de 3 minutes minimum. Vérifie la en utilisant un sablier ou le chronomètre de ta montre.

Brosse tes dents sur toutes leurs faces : arcade après arcade.

Commence par les **faces externes**.

- Brosse les dents de la gencive vers leur bord verticalement en tenant la brosse à plat (-3-) ou en effectuant un mouvement de rotation du poignet (-4-).
- Ensuite brosse l'appareil horizontalement en tenant la brosse inclinée au dessus (-5-) et au dessous (-6-) des verrous. Brosse toute l'arcade jusqu'au dents du fond sans oublier les virages.
- Brosse entre chaque attache avec la brossette inter dentaire (-7-).

Puis brosse les **faces triturantes** en insistant bien au fond des sillons molaires (-8-).

N'oublie pas pour finir les **faces internes** (-9-).

Contrôle le résultat dans ton miroir. (-10-)

Au début demande aussi à tes parents de vérifier.

Nous recommandons d'utiliser le révélateur de plaque dentaire une à deux fois par semaine sous contrôle des parents .

Conséquence d'une mauvaise hygiène :

- Accumulation de plaque dentaire puis de tartre.
- Déminéralisation de l'émail surtout au collet des dents (vers la gencive).
- Caries.
- Gingivites (gencives enflammées et qui saignent).
- Déchaussements.



- 3 -



- 4 -



- 5 -



- 6 -



- 7 -



- 8 -



- 9 -



- 10 -

Docteur AOUIZERATE Patrick

Docteur en Chirurgie Dentaire

Diplôme Universitaire d'Occlusodontologie

25 A ,Avenue Pasteur -13007 MARSEILLE -Tél : 04.91.52.67.15.