



Appareils fixes

Vos appareils fixes, souvent appelés « broches », ont été mis en place aujourd'hui, afin de débiter ou de continuer votre traitement orthodontique. Ces appareils permettront à vos dents de se déplacer vers une position idéale et de vous donner un sourire irrésistible. Cependant, afin de parvenir à ces résultats, votre collaboration est essentielle. Nous avons résumé pour vous les principaux conseils qui vous permettront de faciliter votre traitement et d'éviter les mauvaises surprises. Nous vous suggérons de lire attentivement ce document et de nous poser toutes les questions qui vous viendront en tête.

Hygiène...

Les broches et les appareils n'endommagent pas les dents, à condition que l'hygiène dentaire soit en tout temps impeccable. Avec des appareils fixes, il est important de se brosser les dents au moins 3-4 fois par jour (après chaque repas, après l'ingestion d'aliments sucrés et avant le coucher). On peut utiliser une brosse à dents manuelle orthodontique ou régulière ou une brosse à dents électrique, en s'assurant d'enlever tous les débris alimentaires situés autour des boîtiers et entre la gencive et les boîtiers. Une fois le brossage terminé (trois à cinq minutes avec une brosse manuelle et deux minutes avec brosse électrique), il est important de bien vérifier dans le miroir s'il reste des débris. Si l'hygiène est négligée, des caries de surface peuvent apparaître autour des boîtiers, créant sur les dents des plaques blanchâtres permanentes et inesthétiques, qui deviennent apparentes au retrait des broches.

La soie dentaire devrait idéalement être utilisée tous les jours. Cependant, étant donné l'ampleur de cette tâche, peu de patients respectent cette fréquence. Un objectif de trois fois par semaine est acceptable, afin d'éviter le développement de problèmes de gencives. Une mauvaise hygiène favorise l'inflammation gingivale. Ce processus dégénératif retarde le déplacement des dents et peut prolonger le traitement, tout en détruisant une partie du support entourant les dents. Il est également recommandé de rincer régulièrement sa bouche avec un rince-bouche antibactérien et fluoré, comme le Listerine. Ceci aide à déloger les débris alimentaires et à diminuer les risques de caries dentaires durant le traitement. Nos hygiénistes vous donneront toutes les instructions et les accessoires d'hygiène buccale nécessaires à l'entretien de vos appareils, afin de vous faciliter la vie tout en évitant différentes complications.

Sensations à prévoir...

Deux sensations sont à prévoir lors d'un traitement orthodontique fixe : premièrement, les boîtiers et les fils peuvent causer des ulcérations ou des coupures sur les joues et les lèvres lors des premières semaines de traitement. Lorsque de telles blessures se manifestent, il est recommandé de mettre de la cire sur les boîtiers irritants et de rincer sa bouche avec de l'eau tiède et salée, afin de protéger les blessures et d'accélérer la guérison. Avec le temps, la partie interne des joues et des lèvres développe une couche protectrice qui évitera que de telles blessures se reproduisent au cours du traitement. Deuxièmement, pendant les 2 ou 3 jours qui suivent les rendez-vous, les dents commencent à se déplacer dans l'os, ce qui peut provoquer l'apparition de sensibilité aux dents. Il est préférable, durant cette période, d'éviter les aliments durs et de faire particulièrement attention de ne pas serrer les dents inutilement. Si la sensibilité est plus sévère, un analgésique (Aspirin, Tylenol ou Advil) peut aider à diminuer cet inconfort.

Alimentation...

Deux points très importants sont à retenir du côté alimentaire : éviter de mâcher de la gomme et de manger des aliments très durs (noix, carottes crues, pommes, tablettes de chocolat contenant des noix ou du caramel dur, bonbons durs, pain à la croûte très dure, etc.). Il faut également éviter de se ronger ses ongles ou de mordiller des objets durs (crayons, branches de lunette, pinces à cheveux, etc). Tous ces gestes peuvent faire décoller les boîtiers et déformer ou casser les fils orthodontiques. Se ronger les ongles peut même causer des dommages irréversibles à vos dents et vos racines.

Urgences...

Les urgences les plus fréquentes sont les boîtiers orthodontiques décollés ou les fils orthodontiques qui blessent. Lors du brossage de dents du soir, vous devez vous assurer que tous vos boîtiers orthodontiques sont bien collés. **Si un boîtier est décollé, vous devez téléphoner sans tarder au bureau pour nous prévenir.** Des sections de notre horaire sont réservées pour ce genre d'urgence. Si un fil vous blesse, il peut être nécessaire de le couper avec un coupe-ongle, ou une pince coupante, préalablement nettoyé avec de l'alcool. Nous vous prions cependant de nous téléphoner pour vérifier si cette intervention nécessite de vous donner un rendez-vous plus tôt que prévu.

Lorsque vous vous présentez à un rendez-vous sans nous avoir avertis que certains boîtiers étaient décollés, il est possible que nous n'ayons pas assez de temps dans l'horaire pour les recoller sur-le-champ et que nous devions vous donner un autre rendez-vous pour cette réparation. Cette façon de procéder permet d'éviter les retards dans l'horaire. Ainsi, les patients qui sont à l'heure et qui prennent soin de leurs appareils ne seront pas pénalisés pour les autres. **Les urgences fréquentes retardent l'évolution du traitement.**

Un traitement orthodontique est constitué d'une série d'étapes ; chacune de ces étapes doit être terminée avant de pouvoir passer à la suivante. Les boîtiers orthodontiques décollés et les appareils brisés empêchent la réalisation de certaines étapes. Il ne faut donc pas se surprendre qu'un traitement dure plus longtemps que ce qui était prévu à l'origine, lorsque des urgences se succèdent. Soyez délicats avec vos appareils et vos broches !!!

En cas d'urgence, vous êtes invités à nous téléphoner (Sainte-Foy : 651-6512 et Saint-Augustin : 877-8770), et à suivre les instructions qui vous seront transmises sur le répondeur ou par un membre de notre équipe.

En conclusion...

Le plus important, c'est de vous donner un peu de temps pour vous habituer à vos nouvelles broches. Nous n'avons jamais eu besoin d'enlever les broches de quelqu'un qui n'arrivait pas à s'y habituer. Dans quelques semaines, vous ne penserez plus à vos broches et vous vous surprendrez à dire : « Ce n'était pas si pire! ».

N'hésitez pas à nous joindre pour tout problème ou questionnement en rapport avec vos appareils fixes. Nous sommes toujours présents et disponibles pour vous aider et rendre votre traitement le plus agréable possible.

Dr Louis Dorval, orthodontiste et son équipe