

DANIEL GODIN



ORTHODONTISTE

Les broches

Afin de mieux connaître le vocabulaire utilisé en orthodontie, définissons quelques termes.

Les bagues: anneaux de métal qui entourent les molaires chez certains patients.

Le fil: relie chacune de vos dents et permet le mouvement dentaire.

Les boîtiers: carrés métalliques ou de céramique qui sont collés sur chacune de vos dents. Ces boîtiers servent de support au fil et nous permettent de transmettre la force aux dents.

Les crochets: accessoires intégrés aux boîtiers permettant d'accrocher des élastiques.

Aliments défendus

Un patient peut manger presque tout ce qu'il désire sans endommager ses appareils. Cependant, certains types d'aliments peuvent déformer les fils, décimer les bagues et décoller les boîtiers. Pour ces raisons, il faut exclure de votre alimentation les aliments durs et collants: tous types de gomme, tire, caramels, jujubes, noix, amandes, maïs soufflé, etc. L'interdiction de mâcher de la gomme n'est pas parce qu'elle collera sur les boîtiers, mais plutôt parce que les fils ont une certaine mémoire et le fait de mâcher de la gomme entraînera des mouvements inutiles des dents qui pourraient rallonger la durée du traitement. C'est un effort à faire qui en vaut la peine. Vous pouvez consommer les fruits et légumes crus que vous désirez. Par contre, pour les plus durs, ils doivent être coupés en bâtonnets ou en quartiers.

Douleur

Vos dents peuvent devenir sensibles et ainsi vous occasionner un sentiment d'inconfort suite à votre rendez-vous. Cette sensibilité peut durer de 2 à 7 jours et varie selon le seuil de tolérance de chacun. Durant cette période, nous vous suggérons une diète molle, c'est-à-dire : gruau, omelette, soupe, pâtes, yogourt, etc.

Cire orthodontique

En début de traitement, les boîtiers peuvent être une source d'irritation pour les lèvres et les joues. Pour soulager, il existe de la cire orthodontique que vous pouvez placer sur le ou les boîtiers irritants. La cire n'enlèvera pas la douleur, mais elle créera un coussin afin de diminuer l'irritation. Il suffit de prendre un morceau de cire, le réchauffer avec les doigts et l'écraser contre le ou les boîtiers en question.

Hygiène dentaire

Une bonne hygiène dentaire est essentielle à la santé buccale ainsi qu'au succès du traitement.

Quand brosser?

Nous vous conseillons de nettoyer vos dents après chaque repas et avant le coucher. Il serait donc préférable d'apporter une brosse à dents pour utilisation après le brossage du midi. Si vos gencives sont rouges, gonflées et saignent facilement, c'est que votre brossage est insuffisant ou incorrectement exécuté.

Comment brosser?

Pour chaque dent, vous avez 4 régions à nettoyer en plus du brossage normal.

1. Au-dessus du boîtier.
2. Sur le boîtier.
3. En dessous du boîtier.
4. Sous le fil et les côtés du boîtier.

- Premièrement, placer la brosse horizontalement sur les boîtiers et faites un mouvement de gauche à droite pour nettoyer les boîtiers.
- Ensuite, placer la brosse à 45° à demi sur la dent et la gencive et faites un léger mouvement de va-et-vient pendant 5 secondes pour chaque région recouverte par la brosse. Le nettoyage doit se faire 2 à 3 dents à la fois. Ce mouvement permet de nettoyer au-dessus et en dessous des boîtiers.
- Pour nettoyer sous le fil et les côtés des boîtiers, on vous suggère l'utilisation de la brossette (brosse sapin). Avec sa tête flexible, elle permet de déloger la plaque dentaire (les bactéries) et les débris de nourriture sous le fil ainsi que près des boîtiers.
- Finalement, pour les autres surfaces des dents, brosser comme à l'habitude. Rincer votre bouche et faites-vous un grand sourire afin de regarder bien attentivement si c'est propre partout!

Une fois le brossage bien maîtrisé, il est temps d'introduire la soie dentaire afin de nettoyer entre les dents.

Soie dentaire

La brosse à dents est très importante mais elle ne peut, à elle seule, faire tout le travail. La soie dentaire complète le brossage. Pour vous aider à passer la soie, vous trouverez dans votre trousse des enfileurs de soie.

- Prendre 45 à 60 cm de soie dentaire. Passer un bout de soie dans la boucle de l'enfileur et le tirer de manière à passer sous le fil. De cette façon, vous serez en mesure de passer entre les dents.
- Glisser la soie tendue entre les dents et la courber pour faire un «C» de façon à enrouler la dent. Faites bouger la soie quelques fois de haut en bas. Il faut répéter ce mouvement de chaque côté afin d'atteindre chacune des dents.
- Il est à noter que le fil de soie doit se rendre légèrement en dessous de la gencive. (Vous sentirez une résistance).
- Prendre note qu'il n'y a RIEN qui peut remplacer la soie dentaire.

Votre santé dentaire nous tient à cœur, donc pensez à visiter votre dentiste régulièrement!

Bonne chance!

En cas d'inconfort

En principe, en orthodontie, il n'y a pas d'urgence car par définition une urgence veut dire: « agir immédiatement sans délai». Donc en cours de traitement, on parle plutôt d'inconfort.

Voici un aperçu des problèmes qui peuvent survenir en orthodontie. Cette liste a pour but de vous rassurer et de vous dépanner au besoin. Ces inconvénients ne sont pas applicables à tous les patients.

BOÎTIER DÉCOLLÉ: Si un boîtier décolle et qu'il est placé entre deux autres, le boîtier sera mobile mais n'occasionnera pas nécessairement un inconfort. Téléphonnez-nous et nous évaluerons si nous devons vous revoir avant le prochain rendez-vous.

Si un boîtier décolle à une extrémité, le fil peut blesser. Téléphonnez-nous afin de prendre rendez-vous pour soulager l'inconfort. Si vous êtes mal pris, vous pouvez toujours tenter de couper le fil avec une pince du genre «cutter».

FIL QUI BLESSE: En cours de traitement, les fils peuvent se déplacer, devenir trop courts ou trop longs et par le fait même incommodants. Téléphonnez-nous, il nous fera plaisir de planifier un rendez-vous afin de remédier au problème. Prenez note que la cire orthodontique peut être une solution temporaire pour vous soulager.

BAGUE DÉCOLLÉE: Une bague est un anneau de métal qui entoure complètement la dent. Si vous avez connaissance qu'une bague est mobile, téléphonez-nous, nous vous donnerons un rendez-vous dans les jours qui suivent. Si vous êtes à l'extérieur et que c'est impossible de nous appeler, ne rien enlever, laissez tout en place. Appelez-nous dès votre retour.

ANNEAU ÉLASTIQUE: À l'occasion, nous ajoutons des élastiques gris ou de couleur sur les boîtiers afin de solidifier ou tout simplement pour décorer. Si ces derniers tombent, il n'y a aucune conséquence.

RESSORTS: Ils relient les dents du haut et du bas. Les ressorts sont incommodants s'ils sont défaits. Téléphonnez-nous, nous vous donnerons un rendez-vous. Si la clinique est fermée, à l'aide d'une soie dentaire, attacher la partie tombée sur le fil afin d'être plus confortable.

Afin d'éviter de vous faire attendre inutilement ou encore que la clinique soit fermée, nous vous demandons de toujours téléphoner avant de vous présenter.

Si nous ne pouvons régler le problème par téléphone, bien que notre horaire soit planifié plusieurs semaines à l'avance, nous tenterons de vous recevoir dans un délai raisonnable. Après l'évaluation de votre dossier, nous déterminerons si le bris peut nuire au traitement. Dans certains cas, la réparation sera effectuée immédiatement. Dans le cas contraire, nous jugerons du meilleur moment pour procéder à la réparation.

Si vous êtes à l'extérieur, incapable de nous rejoindre et que vous croyez que votre situation ne peut attendre votre retour, un dentiste peut probablement vous aider.

Merci de votre compréhension.

Dr Daniel Godin et son équipe.
La Prairie (450) 444-3786