

# Dr Xavier CALVEZ - Cabinet d'orthodontie

Orthodontiste à Saint Lô

126 Rue de la Marne - 50000 Saint Lô - Tél. : 02 33 57 29 88

<http://orthodontie-calvez.fr>

À L'ATTENTION PERSONNELLE DE \_\_\_\_\_

FICHE CONSEIL N° **2.07**

Rubrique : Les enfants et les adolescents

*Le port d'un appareil orthodontique demande un temps de préparation*

*Quelques jours suffisent pour s'habituer à un appareil orthodontique*

*En vacances, porter quotidiennement votre appareil, attention à ne pas l'oublier durant vos déplacements*

## Les premiers jours avec un appareil dentaire

**Votre enfant débute un traitement orthodontique et porte maintenant un appareil dentaire pour redresser ses dents. Cela demande une période d'adaptation et un certain nombre de précautions.**

Cet appareil est fixe, c'est-à-dire qu'il est actif le jour et la nuit. Il ne peut être enlevé ni pour manger ni pour se laver les dents. Le plus souvent il se compose de bagues, collées sur les dents, et de fils en forme d'arc qui vont les redresser progressivement.

Cet appareil est fragile. Il peut vite s'abîmer et il faut donc en prendre grand soin. Éviter de le toucher avec les doigts. Ne pas se ronger les ongles et ne pas manger d'aliments trop durs ou collants.

Pendant les 2/3 premiers jours il est fréquent de ressentir un peu de gêne ou une difficulté pour s'alimenter. C'est normal. En cas de besoin, prendre le médicament que nous vous avons conseillé. Si une irritation à l'intérieur des lèvres ou des joues est ressentie, utiliser de la cire dentaire.

### Alimentation

Le premier jour, manger des aliments mous, faciles à avaler. La bouche va s'habituer peu à peu à l'appareil.

#### Pendant la durée du traitement, évite de manger :

- Les fruits durs : noix, amandes, noisettes, cacahuètes
- Les aliments collants : chewing-gum, caramels, nougats, carambars, réglisses...
- Les aliments très sucrés, sucettes, sodas...

#### Attention aussi de ne pas :

- Croquer trop fort dans un sandwich, (prendre un sandwich fait avec du pain de mie plutôt qu'avec de la baguette), dans une pomme, dans des carottes. Les couper en morceaux
- Ronger les os de poulet ou les épis de maïs
- Mordiller un crayon ou un stylo

#### Mastiquer doucement

#### Sinon que se passe-t-il ?

Les bagues se décollent, les fils se tordent et il sera nécessaire de réparer ou de changer l'appareil.

**Une fois ces bonnes habitudes prises votre enfant ne se rendra même plus compte qu'il porte un appareil !**

### Le brossage des dents

Après chaque repas se brosser soigneusement les dents, donc trois fois par jour. Les appareils fixes retiennent des débris d'aliments ce qui favorise le développement de la plaque dentaire (une substance blanche et collante qui se développe sur la dent). Les bactéries aiment bien s'installer dans cette plaque, creuser des caries dans la dent et irriter la gencive.

**A lire également :** [Orthodontie et hygiène bucco-dentaire](#)



### Nos conseils

- Une bonne information et un accompagnement vigilant faciliteront l'adaptation de votre enfant.
- N'hésitez pas à nous appeler en cas de difficultés. Il est toujours dommageable d'interrompre un traitement en cours.
- Une hygiène défavorable peut être à l'origine de taches blanches ou marrons sur les dents et visibles à la dépose des bagues. Ces taches sont le signe d'un tout début de carie.