

Un grand merci pour tous ces efforts de VIGILANCE !

Pourquoi prendre soin de mon appareil multibague ?

Le saviez-vous ?

*Vous pouvez télécharger les fiches informations
sur notre site*

[www.dr-alexandrian-stella.chirurgiens-
dentistes.fr](http://www.dr-alexandrian-stella.chirurgiens-dentistes.fr)

Rubrique : accès patients

*Dr Stella Alexandrian
14-12, Rue Berbier du Mets- 75013 Paris
Tél : 01 43 36 14 00*

- ✓ Parce que s'il est bien entretenu les dents bougeront plus vite et le traitement marchera bien !
- ✓ Parce que les plaquettes ou « brachets » collées sur les dents devront être retirées à la fin sans abimer l'émail.

Le système de collage qui les maintient en place est donc PROVISoire et ne peut supporter que des forces moyennes avec une alimentation classique. Si l'appareil reçoit soit des gros chocs (ex : coup de poing, ballon...) soit des chocs répétitifs (ex : se ronger les ongles, croquer des chips...) au même endroit, il se casse.

COMMENT FAIRE ?

1) *Quand je mange : REFLECHIR / TRIER/ ADAPTER*

L'idée est de changer un peu ses habitudes sans se priver.

Avant de mettre quelque chose au contact de l'appareil, se méfier des aliments durs, collants, croustillants.

ALIMENTS DURS :

- les couper avant de les mettre en bouche (ex : pain, fruit, sandwich, biscuit...) puis les mastiquer au fond.

- si ce n'est pas possible, sucer l'aliment (ex : bonbon, sucette) sans le croquer
- s'il n'est pas possible de le sucer ou le couper, l'éliminer (ex : croute de pain dur, fruits secs, pain grillé, croute pizza, frite dure, pop corn, noyaux pêches, olives, cerises etc....)

ALIMENTS COLLANTS :

- les sucer (ex : bonbon collant)
- les couper en fines lamelles ou minuscules morceaux qui pourront être mangés sans coller (ex : saucisson sec)
- s'il n'est pas possible de les sucer : les éliminer (ex : chewing gum)

ALIMENTS CROUSTILLANTS:

- ne pas trop en manger et les mastiquer doucement
- les ramollir (ex : céréales)

Le fait de manger souvent ces aliments (ex : chips) provoquent des fissures dans l'épaisseur de colle et à la longue les plaquettes se décollent.

2) *Quand j'ai envie de mettre quelque chose dans la bouche : ARRETER DE SUITE*

Se ronger les ongles ou des objets (stylos, crayons, jouets, vêtements) provoque des micro chocs répétitifs et fissure la colle qui tient les plaquettes. Tout l'appareil sera fragilisé et risquera de se décoller ensuite à tout moment, même en mangeant quelque chose de mou...

3) *Quand je me brosse les dents :*

Aucun risque de décoller les plaquettes, sauf si l'on donne des coups avec le manche de la brosse à dent.

Eviter quand même les cure-dents (trop rigides, ils peuvent, si ils sont mal orientés) , exercer des forces d'arrachement sur l'appareil.

Les brossettes interdentaires sont possibles et même conseillées.

De façon générale : regarder bien dans la glace tout l'appareil pour voir où sont les microbes et maintenir son geste de brossage. Les poils d'une brosse à dent souple iront plus facilement dans les recoins (cf. fiche pour le brossage).

BON COURAGE !

Ce sont de nouvelles habitudes à prendre peu à peu.

N'hésitez pas à revenir vers nous si vous ne saviez pas comment faire avec tel ou tel aliment.