

Techniques de brossage

Le brossage au cours du traitement orthodontique

Utilisez une brosse à dents souple (manuelle ou électrique).

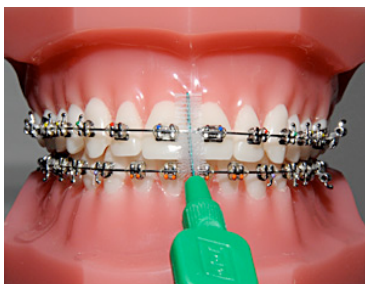
Brossez-vous les dents trois fois par jour:

- le matin, après le petit-déjeuner
- à midi ou à 16 h après le goûter
- le soir après le souper.

Un appareil orthodontique fixe retient les aliments et favorise l'accumulation de plaque dentaire. Un brossage insuffisant et inadéquat provoque l'apparition de lésions blanches sur les dents puis de caries ainsi que le gonflement et le saignement des gencives.

Le brossage se fait en plusieurs étapes. La bouche doit être divisée en quatre parties: supérieure droite, supérieure gauche, inférieure droite et inférieure gauche. Pour être sûr de passer partout avec la brosse à dents, respectez ce schéma. Il faut à chaque fois brosser les faces externes, puis les faces internes et enfin les faces sur lesquelles l'on mord. La brosse à dents doit toujours être inclinée à 45° vers la gencive. Si vous utilisez une brosse à dents manuelle, effectuez des mouvements rotatifs.

Le brossage doit être complété par le passage de la brossette interdentaire.



1. Placez la brosse à dents juste au-dessus des brackets et du fil et réalisez des mouvements d'aller-retour jusqu'à la dernière molaire.
2. Placez la brosse à dents sur les brackets et réalisez des mouvements de rotation.
3. Placez la brosse à dents sous les brackets et sous le fil et réalisez des mouvements de va-et-vient jusqu'à la dernière molaire.
4. Brossez la face sur laquelle on mord.
5. Placez la brosse à dents sur la face interne des dents en pensant à brosser aussi les gencives.