



## BROSSAGE DENTAIRE

### AU COURS DU TRAITEMENT ORTHODONTIQUE

Nous préconisons...

- Un **brossage** régulier et minutieux **3 fois par jour**
- L'utilisation de **brosses orthodontiques** spéciales et de **brossettes interdentaires**.
- L'utilisation régulière d'un **révélateur de plaque dentaire**, pour **éviter caries et gingivites**



RAPPELEZ-VOUS...

PLAQUE DENTAIRE > CARIES > GINGIVITE



Dent saine



Dent cariée



Gingivite

N'hésitez pas à consulter nos fiches-conseil...

**Cabinet d'Orthodontie** Drs GHAZI, CASTELBOU & LUX  
241, Bld Blaise Doumerc  
82000 MONTAUBAN  
05 63 20 45 28



CABINET D'ORTHODONTIE  
Drs GHAZI, CASTELBOU & LUX



## BROSSER vos dents 3 fois par jour



Le **MATIN** après le *petit-déjeuner*

Le **MIDI** après le *déjeuner* OU après le *goûter* (si vous mangez à la cantine et que vous ne pouvez pas brosser vos dents à l'école)

Le **SOIR** après le *dîner*

## PRODUITS à utiliser pour l'appareil fixe



Nous vous conseillons d'utiliser **REGULIEREMENT** un **révélateur de plaque dentaire** deux fois par semaine.

Vous pouvez utiliser les **bains de bouche** en cas de **blessure gingivale**.

## BROSSER TOUTES LES FACES des dents

Vous devez brosser les **DENTS** et les **GENCIVES** de la **mâchoire supérieure**, puis de la **mâchoire inférieure**.

Avec la **BROSSE**, nettoyez les **faces EXTERNES** et **INTERNES** des dents, puis les **faces QUI MORDENT**.



Brossette interdentaire



Brosse d'orthodontie

## FACES EXTERNES

Inclinez la brosse à 45° vers la gencive [1], puis frottez en réalisant des mouvements de va-et-vient ou circulaires pour chaque dent, et insistez au-dessus et en-dessous des attaches. Puis brossez la gencive [2] par un mouvement vertical de rouleau, en allant **toujours de la gencive vers la dent** [3].



## FACES INTERNES

Placez la brosse verticalement au niveau des incisives et canines [4] [5], et horizontalement pour les dents postérieures [6]. Réalisez toujours le **mouvement vertical de la gencive vers la dent**.



Avec la **brossette interdentaire**, nettoyez sous le fil et autour des bagues et attaches.



Une fois le brossage terminé, vérifiez *devant un miroir* que **toute la plaque dentaire a été éliminée**. **Recommencez si nécessaire**.