

## Orthodontie et hygiène bucco-dentaire

Un traitement orthodontique doit s'accompagner d'une hygiène dentaire irréprochable. Dans le cas contraire de nombreuses et volumineuses caries risquent de se développer à bas bruit et de se manifester lors de la dépose de l'appareil, lorsque leur taille est déjà importante. De plus, au cours du traitement, les bagues forment une barrière et la plaque dentaire risque de s'accumuler entre les bagues et la gencive, faute d'un brossage soigneux.

### Pendant le traitement :

- Adoptez une alimentation équilibrée, ainsi qu'une forte diminution -voire suppression- des sucreries, sodas, bonbons durs, chewing gums (risque de détérioration de la colle utilisée pour les bagues).

**A lire aussi :** [Aliments : alliés et ennemis](#)

- Dans certains cas un traitement fluoré peut être envisagé
- Effectuez un brossage régulier, au minimum matin et soir.
- Utilisez des brossettes dentaires pour atteindre les zones situées entre les dents et derrière les fils.
- Une brosse à dents électrique n'est pas incompatible avec un traitement d'orthodontie.

**A lire aussi :** [Technique de brossage des dents](#)

**Les dispositifs fixes retiennent les aliments**, favorisant le développement de la plaque dentaire et donc des bactéries. Un brossage après le déjeuner est souhaitable, avec une brosse à dents de voyage si l'on est à la cantine ou en déplacement.

Si cela n'est pas possible, il est bon d'effectuer un brossage après le goûter de l'enfant.

**Si vous portez un dispositif amovible**, nettoyez soigneusement l'appareil au moment de chaque brossage. Pensez à le nettoyer le matin quand vous l'enlevez car il ne faut pas attendre le soir, au moment de le remettre, pour le brosser. La saleté sécherait alors dans l'appareil et le nettoyage serait rendu beaucoup plus difficile, avec un risque de mauvaise odeur.

Il faut aussi bien se brosser les dents avant de mettre un appareil amovible.

### Hygiène et soins dentaires

Les premiers signes d'une hygiène mal adaptée sont une gencive qui rougit, gonfle ou saigne lors du brossage.

Dans ce cas il ne faut surtout pas éviter la zone sensible mais au contraire augmenter la fréquence et la durée du brossage. On peut par contre utiliser un dentifrice spécifique et une brosse à dents plus souple.

Dans le cas d'un brossage insuffisant, sur une période plus longue, un dépôt de plaque dentaire autour des bagues et à la limite de la gencive peut entraîner un début de déminéralisation de l'émail se traduisant par une marque blanchâtre. Dans un premier temps cette marque est réversible à l'aide de traitements fluorés, mais irréversible à un stade plus avancé. Le stade suivant étant une carie.

Dans ces deux derniers cas, il peut être souhaitable de retirer l'appareil.

Durant la période de contention (maintien des résultats) une surveillance régulière sera nécessaire ainsi qu'un détartrage des dispositifs de contention collés sur la face interne des dents.

En fin de traitement, il est bon d'effectuer une vérification de l'état de l'émail.

**Voir aussi :** [Les 10 règles d'or d'une bonne hygiène dentaire](#)

*Une alimentation équilibrée, la diminution des sucreries et un brossage rigoureux limiteront les risques de caries liés aux appareils dentaires*

*Avec un appareil amovible, souvenez-vous que l'on met toujours un appareil propre sur des dents propres*

*Aucune trace de carie sur vos dents lors de la dépose de l'appareil si vous respectez bien les consignes de brossage et les visites de suiviprores*

### Nos Conseils

- Avant le début du traitement, faites vérifier l'état de vos dents et de vos gencives.
- Le traitement d'orthodontie peut être l'occasion de prendre de bonnes habitudes de brossage que vous garderez même après le traitement.