



RECOMMANDATION POUR VOS ALIGNEURS



- Portez impérativement vos aligneurs pendant le nombre d'heures requises par jour = 22 heures / 24. C'est la clé du succès de votre traitement !
- Retirez vos aligneurs avant de manger ou de boire. Avec les aligneurs en bouche, vous pouvez boire de l'eau froide, évitez tout ce qui est sucré, coloré ou chaud.
- Respectez vos rendez-vous de contrôle prévus au cabinet.
- La consommation de tabac est proscrite en raison de ses effets nocifs sur le parodonte (gencive et os supportant les dents) et risque de déformer vos aligneurs.
- Mettez vos élastiques durant le temps prescrit lorsque ceux-ci s'avèrent nécessaires.
- Veillez à l'intégrité de l'appareil : nous prévenir dès que quelque chose casse ou gêne.

HYGIÈNE :

- Le maintien de l'hygiène bucco-dentaire est un facteur important dans la réussite de votre traitement. Carie dentaire, parodontite, inflammation des gencives ou formation de marques permanentes (décalcifications) peuvent survenir si le patient consomme des aliments et boissons sucrés, ou ne brosse et ne nettoie pas suffisamment ses dents avant de porter les aligneurs.
- Un traitement orthodontique effectué dans de bonnes conditions d'hygiène n'entraîne pas de caries. Toutefois, il est indispensable de faire une visite de contrôle tous les six mois chez votre chirurgien-dentiste habituel pour prévenir ou détecter tout début de carie. Si des soins dentaires sont nécessaires pendant le traitement, veuillez en informer préalablement le docteur CHAVANNE, car cela pourrait compromettre l'adaptation des aligneurs.
- Toujours enlever vos aligneurs avant de manger ou boire. (Vous n'avez pas besoin de retirer vos aligneurs pour boire de l'eau fraîche.)
- Rincez immédiatement vos aligneurs avec de l'eau, secouez-les afin d'enlever tout excès d'eau et rangez-les dans la boîte de protection prévue à cet effet chaque fois que vous enlevez vos aligneurs.
- Brossez vos dents et passez un fil dentaire après chaque repas ou en-cas avant de remettre vos aligneurs.
- Brossez vos aligneurs sous l'eau froide avec une goutte du liquide vaisselle. Les faire tremper, au moins trois fois par semaine, 15 minutes dans une solution nettoyante, ou dans du vinaigre blanc alimentaire.

ATTENTION ▲

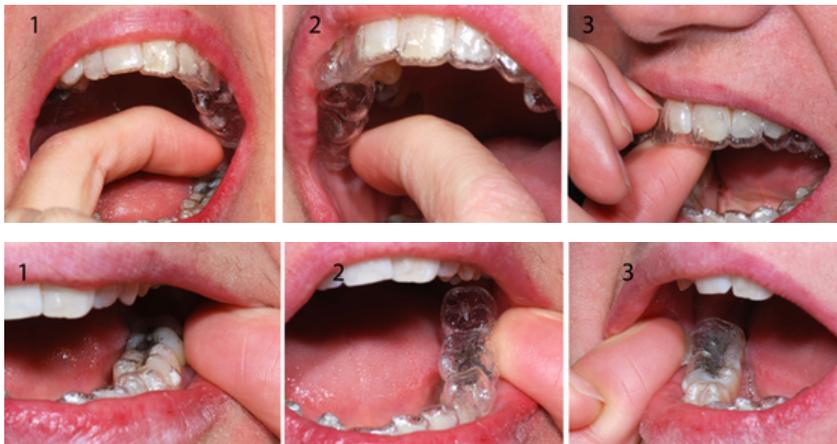
- Ne laissez pas vos aligneurs à la portée des enfants ou des animaux domestiques.
- Afin d'éviter tout endommagement, évitez d'ôter vos aligneurs inutilement.
- Enlevez vos aligneurs avec soin, en particulier, si vous portez de nombreux taquets.
- NE PAS utiliser d'objets pointus pour enlever vos aligneurs.
- **Gardez toujours vos aligneurs utilisés récemment car en cas de perte ou casse de vos aligneurs actuels, votre praticien peut vous conseiller de revenir à l'étape précédente.**

MISE EN PLACE ALIGNEURS



- Assurez-vous de prendre le bon aligneur – celui du haut pour les dents du haut et celui du bas pour les dents du bas.
- Pour éviter toute confusion, chaque aligneur est marqué avec un numéro.
- Vous pouvez mettre en place soit l'aligneur du haut, soit l'aligneur du bas en premier. Lors de la mise en place de chaque aligneur, poussez légèrement l'aligneur sur vos dents antérieures (du devant) puis appliquez une pression égale en vous servant de vos pouces sur les zones molaires (à l'arrière) à droite et à gauche jusqu'à ce que les aligneurs soient bien en place.
- **NE PAS MORDRE pour enclencher les aligneurs** car cela risque de les endommager.

ENLEVER LES ALIGNEURS



- Sur un côté de la bouche, placez votre doigt à l'intérieur de la dernière molaire afin de retirer lentement les aligneurs de vos molaires.
- Répétez l'action de l'autre côté de la bouche avant d'essayer de retirer complètement les aligneurs.
- Après avoir désinséré les aligneurs des molaires des deux côtés de la bouche, vous devriez pouvoir détacher lentement et doucement les aligneurs de vos dents avec vos doigts.

SI UN TAQUET / UN BOUTON SE DÉCOLLE ?

Vous pouvez nous appeler pour prendre un rendez-vous en urgence. Si vous devez porter des élastiques sur les deux côtés et qu'un bouton est décollé sur l'un côté, ne permettant pas d'accrocher vos élastiques comme il faut, vous pouvez arrêter le port d'élastiques sur les deux côtés en attendant.

DES CONSEILS ORTHODONTIQUES EN
VIDÉOS SONT DISPONIBLE SUR NOTRE SITE:
[HTTPS://ORTHODONTIE-PALAISEAU-
CHAVANNE.FR/VIDEOS/](https://orthodontie-palaiseau-chavanne.fr/videos/)

