

# APPAREIL FIXE (BRACKETS)

## Comment nettoyer mes dents ?

Après chaque repas, faire des mouvements de balai sur la bracket avec une brosse à dent classique, d'abord en-dessus, puis en-dessous. Si vous avez plutôt une brosse à dent électrique, faire tourner sa tête ronde tout autour de la bracket.

Le soir, après le brossage, utiliser les crossettes interdentaires et effectuer des mouvements de va-et-vient sur les côtés latéraux de chaque bracket.

## Que puis-je manger ?

Pratiquement tout du moment qu'il s'agit de petits morceaux (même les aliments croquants comme la carotte crue, la pomme, la croute de pain dure). Il est en revanche déconseillé de consommer des calamars, cujus, caramels et autres chewing-gums.

## Vais-je avoir mal ?

**Douleurs dentaires** : il est possible d'en ressentir, notamment les premiers jours après la pose de l'appareil ainsi que lors du changement des arcs. Ces jours-là, il est préférable de manger des aliments mous et pas trop chauds. Si les douleurs deviennent trop importantes, il est possible de prendre un anti-douleur.

**Douleurs des muqueuses** : dans ce cas, il convient alors d'appliquer la cire donnée à votre dernier rendez-vous sur la bracket en de la blessure (la cire s'enlèvera lors du brossage).

## Mon appareil s'est cassé que faire ?

Conserver l'appareil et prévenir le cabinet.