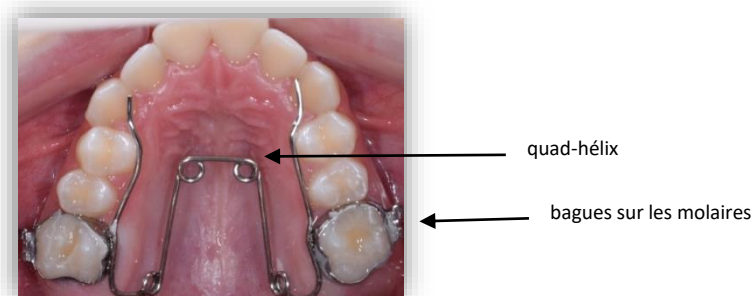


## RECOMMANDATIONS CONCERNANT TON APPAREIL

### ➤ QU'EST-CE QUE TON APPAREIL ?

Ton orthodontiste vient de te poser un appareil : le **Quadhélix**.



Tu trouveras ci-dessous quelques recommandations te permettant de t'habituer au plus vite à ton appareil.

Pour que celui-ci puisse remplir parfaitement son rôle, et ce le plus rapidement possible, nous avons besoin également de ta bonne coopération.

➤ QUAND DOIS-TU METTRE TON APPAREIL ? L'appareil doit être porté 24h/24, puisqu'il est collé aux molaires.

➤ DOIS-TU PRENDRE DES PRÉCAUTIONS ? Certains aliments sont susceptibles de casser des éléments de l'appareil et seront à éviter toute la durée du traitement. Il s'agit des aliments :

- **Durs** : bonbons durs, pain grillé, quignons de pain, carottes entières crues, fruits secs, tranches épaisses de saucisson ou petits saucissons apéritifs, barres de céréales, épis de maïs à croquer, os de poulet à ronger...
- **Collants** : bonbons collants (TOUS les bonbons gélifiés sont collants !), caramel, nougatine, Chocotoff...
- **Croquants** : les pommes et autres fruits durs doivent être coupés en quartiers avant d'être mangés. Le pain ou les sandwiches doivent également être coupés en petits morceaux mais il ne faut jamais croquer à pleines dents dedans.



➤ Y A-T-IL DES HABITUDES À MODIFIER ? Pour ne pas casser ton appareil, il faut également éviter de mâchonner les capuchons de stylos, de se ronger les ongles et d'interposer des objets entre les dents. Il faut aussi éviter de jouer avec ta langue à déplacer ton appareil, et d'y toucher avec tes doigts. **Si ton appareil se décolle, cela entraîne une prolongation de ton traitement !**

➤ COMMENT ENTRETENIR TON APPAREIL ? Le brossage doit être fait selon la technique que nous t'avons indiquée, de préférence après chaque repas, et au minimum matin et soir, soigneusement, sur chaque face de chaque dent. Un brossage insuffisant laissera la plaque dentaire s'accumuler au contact de l'émail, créant ainsi une attaque acide, responsable de taches blanches indélébiles sur la surface des dents.

➤ QUE FAIRE EN CAS DE PROBLÈME ?

**Des douleurs surviennent:** Courage ! L'appareil commence à agir dès aujourd'hui et il est normal de ressentir d'ici quelques heures une tension plus ou moins douloureuse dans les dents. Cette douleur varie de 24 h à quelques jours et peut parfois même ne pas apparaître.

En cas de douleur, nous te conseillons de prendre des granules d'arnica 5CH, 5 granules toutes les 3-4 heures. Si la douleur devient trop forte, tes parents pourront te donner des antidouleurs classiques (type Ibuprofen).

**Des blessures surviennent:** ton appareil représente un volume nouveau auquel tu vas t'adapter en quelques jours ; il peut parfois occasionner des aphtes. Pour palier à cela, des bains de bouche fluorés sont à faire après chaque brossage durant les quelques jours où ces irritations peuvent survenir.

**Pour tout renseignement complémentaire ou toute question, nous sommes disponibles :**

- Par téléphone au [04/379.45.89](tel:043794589) les lundis, mercredis, jeudis et vendredis,
- Par mail : [secretariat@raskinodf.be](mailto:secretariat@raskinodf.be)
- Sur la page Facebook « [Orthodontiste Raskin](#) » -> Nous contacter).
- Aux heures d'urgence du cabinet : **Les lundis, mercredis et vendredi à 9h30**, sans rdv

**Toute l'équipe du cabinet d'Orthodontie**

