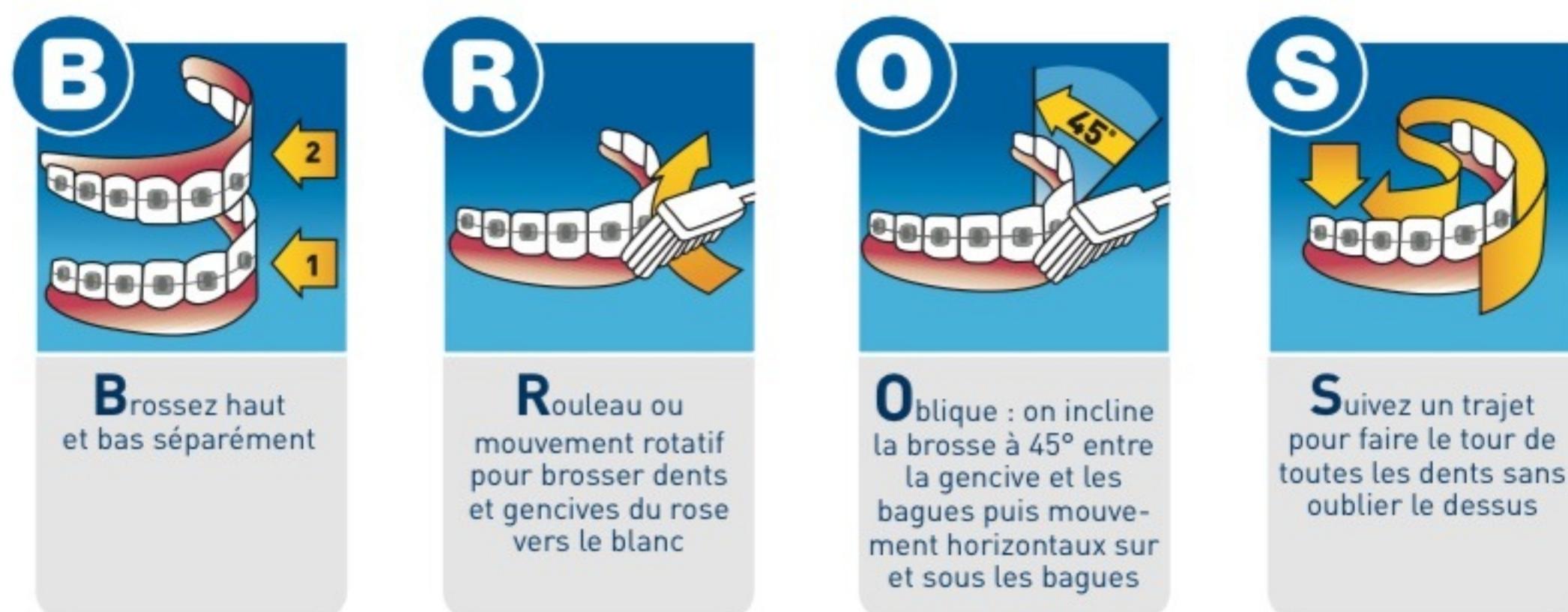


L'ORTHODONTIE

Quels gestes d'hygiène bucco-dentaire adopter ?

Que vous soyez appareillés ou non, il est essentiel d'avoir une bonne hygiène bucco-dentaire. Cependant, le port d'un appareil va rendre un peu plus difficile l'entretien de vos dents. Nous vous conseillons d'acheter une brosse à dent adaptée aux appareils orthodontiques et de vous brosser les dents après chaque repas. En plus il faut passer des brossettes inter-dentaires sous le fil et le long des boîtiers collés. Vous pouvez aussi utiliser un bain de bouche au fluor en plus du brossage pour vous rincer la bouche.

La méthode B.R.O.S.



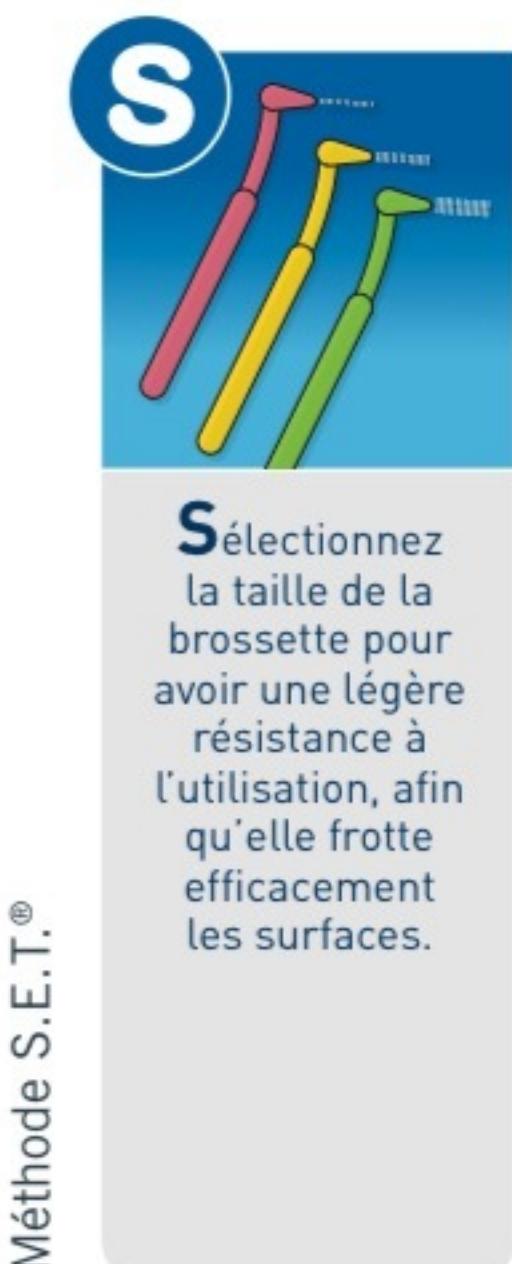
Méthode B.R.O.S.®

Un brossage efficace c'est 2 minutes 3 fois par jour

LES RECOMMANDATIONS DE L'UFSBD POUR UNE BONNE SANTÉ BUCCO-DENTAIRE au cours d'un traitement d'orthodontie

Avant le brossage

La méthode S.E.T.



Méthode S.E.T.®



3 brossages par jour matin, midi et soir pendant 2 minutes

L'utilisation d'un dentifrice fluoré

L'utilisation de brossettes ou d'un hydropulseur avant le brossage

Une visite au moins 1 fois par an chez le dentiste en plus des traitements chez l'orthodontiste

Une alimentation variée et équilibrée

ET EN COMPLÉMENT



Un bain de bouche fluoré sans alcool comme complément d'hygiène



L'UFSBD représente les 43 000 dentistes qui agissent au quotidien pour votre santé bucco-dentaire au sein de leur cabinet.

Retrouvez tous nos conseils sur : mabouchemasante.fr



> DÉCOUVREZ
TOUTES NOS
VIDÉOS