











Après remise de *gouttières de fluoruration*

Félicitations !

Vous vous préoccupez singulièrement de votre santé bucco-dentaire et avez décidé de protéger d'avantage vos dents. Nous vous livrons quelques conseils afin de maximiser cette initiative de prévention de la carie :

-  Appliquez un ***serpentin de gel fluoré*** dans le fond des gouttières au niveau de toutes les dents et ***portez-les durant 5-6 nuits***.
-  Effectuez une fluoruration de ***5-6 jours tous les 3 mois***.
-  ***Nettoyez-vous méticuleusement les dents et les gencives*** avant chaque utilisation des gouttières.
-  N'utilisez jamais de l'eau chaude, du dentifrice ou d'autres produits pour le nettoyage des gouttières. ***Passez-les sous l'eau froide*** et brossez à l'aide d'une brosse à poils souples.
-  Pendant que vous portez les gouttières, vous ne devez rien boire ni manger.
-  Veillez à ce que les gouttières ne soient pas à la portée d'enfants ou d'animaux domestiques. ***Rangez-les dans la boîte*** prévue à cet effet, dans un environnement frais et sec.
-  Ne les laissez pas dans un mouchoir en papier, elles risquent de passer à la poubelle.
-  Vous pouvez également utiliser ces gouttières pour effectuer un ***blanchiment dentaire*** si vous le désirez. Demandez les produits auprès du personnel.