










## Lors d'un traitement orthodontique par *Gouttières invisibles*

Félicitations !

Vous avez le souci du détail et avez décidé d'aligner vos dents en toute discrétion. Nous vous livrons quelques conseils afin que le traitement se déroule à merveille :



-  **Portez les gouttières 18 - 22 heures par jour** au minimum. Ne les retirez que pour vous laver les dents, manger et boire.
-  Durant le traitement, votre hygiène buccale a une très grande importance. **Nettoyez-vous méticuleusement les dents et les gencives** avant chaque utilisation des gouttières.
-  **Passez les gouttières sous l'eau avant de les insérer.** C'est ainsi que l'on obtient l'effet « invisible ».
-  **Le passage du fil dentaire est désormais obligatoire.** Le tartre qui se forme plus rapidement en présence des gouttières est susceptible de bloquer le mouvement des dents.
-  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.
-  **Veillez à respecter le bon ordre.** À chaque étape, portez respectivement la gouttière **S** (souple) pour commencer, la gouttière **R** (normale) ensuite et la gouttière **I** (dense) pour terminer. Sauf prescription différente, chaque gouttière se porte pendant 7 jours. La dernière peut être portée 2 semaines.
-  Pendant que vous portez les gouttières, **vous ne devez rien manger. Vous pouvez boire, mais uniquement de l'eau.** Déguster des aliments sucrés ou acides pendant que vous portez les gouttières peut entraîner caries, maladies gingivales et colorations des dents.



- Si une gouttière commençait à irriter les muqueuses, vous pouvez sans autre, à l'aide d'une lime à ongle, *limer légèrement (1mm max) la zone dérangeante.*
- 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.*