

Cabinet d'orthodontie

Dr Isabelle Grier

Spécialiste en orthodontie

SSO / SVMMD

E : ortho.grier@bluewin.ch

FIL DE CONTENTION

A présent, vous avez un ou deux **fil(s) de contention** collé(s) de canine à canine, à l'arrière de vos dents et donc invisible. Vous devrez suivre les mêmes précautions que lors du port de votre appareil et ne pas décoller votre fil **pendant au moins 2 ans**. Les éventuelles interventions pour recoller ou refaire ce(s) fil(s) en cas de décollement, seront facturées. Vous devrez garder ces fils pendant 10 à 15 ans.

Vous devez donc éviter :

A –De manger de choses collantes car :

Cela colle aux bagues et celles-ci se descellent des dents.

Cela colle au fil qui passe d'une bague à l'autre et ainsi le déforme ou le casse . Les dents s'alignent moins vite ou mal car elles suivent un fil déformé ; le traitement dure plus longtemps que prévu.

Sont donc interdits : chewing-gum (avec ou sans sucre), carambar, malabar, nougat, nuts, michoko, caramel, mars, lion, etc...

B –De croquer dans les aliments durs:

Les fruits doivent être coupés en morceaux avant de les manger. On ne croque pas dedans et on ne mordille pas les noyaux.

Eviter les graines, noisettes, noix, amandes, cacahuètes, pistaches, cajou, etc...

Ainsi que les légumes crus et durs, même en « dip », tels que carotte, navet, etc...

Vous pouvez manger du chocolat mais pas de crunch ou de chocolat aux noisettes. Vous cassez un carré de chocolat que vous laissez fondre dans la bouche.

Attention aux bonbons durs qui finissent par être croqués et décollent ainsi les attaches.

On ne mordille pas les petits os de poulet mais on enlève la viande avec un couteau.

Quand vous mangez une pizza, vous devez découper la croûte qui fait le tour et vous mangez tout l'intérieur.

C –D'arracher avec les dents

Quand vous mangez du pain, vous en faites des morceaux, ne tirez pas avec les dents sur un morceau de pain. Les sandwiches doivent être au pain de mie. Vous pouvez manger des burgers.

D –De mordiller un stylo, une médaille.

E –De se ronger les ongles ou de tirer les peaux autour des ongles avec les dents.