



Instructions

Pour vous assurer de la bonne progression de votre traitement orthodontique avec les gouttières Invisalign®, il est très important de suivre les instructions suivantes :

✓ **Insertion des gouttières :**

- Vérifiez le numéro de la gouttière avant de l'insérer en bouche.
- Insérez une gouttière à la fois. Poussez chaque gouttière doucement par-dessus les dents en appliquant une pression égale au-dessus des molaires avec le bout des doigts jusqu'à ce que vous sentiez que la gouttière est bien insérée au fond.
- Ne jamais croquer sur les gouttières pour les mettre en place. Cela les endommagerait et vous risqueriez de les déformer.

✓ **Retrait des gouttières :**

- Commencez sur le côté des molaires et remontez la gouttière de chaque côté en tirant doucement. Il ne faut pas appliquer une trop grande force pour les retirer, car cela risquerait de les déformer ou de décoller des attachements.
- Rincez les gouttières avec de l'eau froide seulement, car l'eau chaude pourrait les déformer. Enlevez l'excès d'eau et placez-les dans l'étui.
- Il est important de toujours remettre les gouttières dans leur étui lorsqu'elles ne sont pas en bouche afin d'éviter de les abîmer ou de les perdre. Lors de la perte d'une gouttière, des frais de remplacement peuvent être exigés.

✓ **Port des gouttières :**

- Il est important de porter les gouttières 22 heures par jour. Elles doivent donc être portées jour et nuit, sauf lors des repas et des mesures d'hygiène.
- Il faut les enlever pour manger et pour boire tout liquide autre que de l'eau froide.
- Les gouttières déplacent les dents progressivement. Il est donc très important de les porter dans l'ordre indiqué et pour la durée prescrite (7 jours en général).
- L'utilisation des «chewies» de 10 à 15 minutes par jour est recommandée afin de bien insérer les gouttières et de stimuler la vascularisation sanguine, ce qui favorise les mouvements dentaires.

✓ **Entretien des gouttières :**

- Nettoyez vos gouttières avant chaque insertion à l'eau froide à l'aide de dentifrice et d'une brosse à dents à poils souples.
- Dans la trousse de départ Invisalign® se trouve un sachet de cristaux effervescents que vous pouvez utiliser pour l'entretien des gouttières. Le produit « Nettoyant pour appareil de rétention » de la marque Polident® peut aussi être utilisé.

✓ **Hygiène dentaire :**

- Brossez-vous les dents et utilisez la soie dentaire après chaque repas ou collation et avant de remettre les gouttières.
- Un suivi dentaire régulier chez votre dentiste est nécessaire durant le traitement orthodontique (idéalement aux 6 mois).
- Si des soins dentaires sont prévus, n'oubliez pas d'apporter vos gouttières afin que le dentiste s'assure que les nouvelles obturations ne nuisent pas à leur bonne insertion.

✓ **Indications :**

- Ne jetez pas les gouttières précédentes lorsque vous commencez à porter de nouvelles gouttières. Dans l'éventualité de la perte d'une gouttière, vous pourrez les utiliser et ainsi éviter de n'avoir aucune gouttière pour une longue période. Avisez-nous rapidement si cela se produit afin que nous vous indiquions comment procéder pour la suite.
- Ne portez pas une gouttière fendue ou brisée. Contactez-nous pour nous faire part de la situation et nous vous guiderons sur la façon de procéder.
- Ne manquez pas de rendez-vous. Il est important qu'une supervision soit effectuée de façon régulière pour s'assurer de la bonne progression de votre traitement.

✓ **Autres renseignements :**

- Accordez-vous 1 à 2 semaines pour vous adapter aux gouttières. Au début, il est normal de saliver davantage et d'éprouver de la difficulté à prononcer certains sons.
- Les dents seront sensibles pour quelques jours après la mise en bouche des gouttières. Vous pouvez prendre un analgésique (Tylenol®, Advil®, Motrin®, etc.). Choisissez l'analgésique que vous prenez habituellement pour les maux de tête.
- Des attachements seront collés sur certaines dents pour favoriser les mouvements dentaires. Ces attachements sont peu visibles. Avertissez votre dentiste de ne pas les enlever lors des nettoyages. Si un attachement est perdu en cours de route, il sera simplement recollé lors du prochain rendez-vous.
- Du meulage interproximal (retrait d'une très mince couche d'émail sur les côtés d'une ou plusieurs dents) est souvent nécessaire pour créer de l'espace pour aligner les dents chevauchées ou pour permettre une meilleure occlusion entre les dents du haut et du bas.
- Des séries de gouttières supplémentaires ou d'autres appareils peuvent s'avérer nécessaires à la suite de la première série pour compléter le traitement de manière adéquate et ainsi atteindre les objectifs.
- Le port d'appareils de rétention est nécessaire lorsque le traitement orthodontique est complété afin de conserver les résultats obtenus.

*Pour plus de renseignements, vous pouvez vous référer aux instructions décrites dans le dépliant «Instructions d'utilisation» d'*Invisalign*®.

N'hésitez pas à nous contacter au 819 379-6626 ou au info@orthomauricie.com pour toute question.