

## Recommandations pour coquilles et fil lingual

---

### **Coquille de rétention**

#### **Indication**

La coquille de rétention demeure la meilleure solution pour stabiliser les résultats obtenus à long terme. Ne cessez jamais le port de la coquille. Elle est portée généralement la nuit.

Vous pouvez recevoir la coquille immédiatement après le retrait des appareils ou dans les jours qui suivront. Lorsque vous la recevrez, débutez le port le plus rapidement possible. Utilisez vos doigts pour placer votre coquille et la retirer de votre bouche. Retirez la coquille en premier d'un côté puis de l'autre et terminez par le devant. Évitez de croquer dans la coquille.

#### **Inconfort**

Il est normal que la coquille de rétention procure une sensation de pression assez intense les premiers jours. Les dents peuvent se déplacer rapidement. Il est donc recommandé de porter la coquille plus longtemps les premiers jours. Elle peut être portée environ 12 heures par jour le temps que la position des dents se stabilise.

#### **Hygiène**

Brosser parfaitement vos dents et votre coquille. Elle doit demeurer transparente. La mousse antibactérienne "Polident" est facile d'utilisation mais les pastilles "Polident" sont tout aussi efficaces. Évitez le dentifrice pour l'entretien de votre coquille.

#### **Rangement**

Rangez toujours votre coquille dans sa boîte pour éviter de la briser ou la perdre. La perte d'une coquille nécessitera son remplacement et les frais de laboratoire vous seront chargés.

### **Fil lingual**

#### **Indication**

Le fil de rétention stabilise la position des dents. Il est recommandé de le conserver le plus longtemps possible. Dans certaines situations, il peut être nécessaire de l'enlever.

#### **Adaptation**

Le fil peut irriter temporairement le bout de la langue et occasionner de légères difficultés phonétiques.

#### **Hygiène**

Brosser parfaitement vos dents et utiliser la soie dentaire. L'enfileur ou une soie dentaire de type Super Floss permet de passer sous le fil, près des gencives.

## **Alimentation**

Évitez de croquer des aliments très durs pour éviter de décoller votre fil.

## **Bris**

Si le fil se décolle, évitez de le déformer. Ne tentez pas de l'enlever et communiquez dès que possible avec nos adjointes. Votre dentiste peut aussi réparer votre fil. Un fil lingual déformé ou complètement tombé devra être refait au laboratoire. Les honoraires de frais de laboratoire vous seront alors facturés pour le remplacement. (Tel que déjà mentionné dans le consentement éclairé de l'entente financière). Soyez vigilant.

## **Blanchiment**

Il est conseillé d'attendre environ 6 semaines après le retrait des appareils avant de procéder au blanchiment dentaire.

Lorsque les gencives sont gonflées, hypertrophiées, il est préférable d'attendre que l'état des gencives soit revenu à la normale avant de procéder au blanchiment.

Il est très important de consulter votre dentiste pour un examen et un nettoyage dentaire. Il pourra alors vous conseiller concernant le blanchiment.

Il est à noter que les blanchiments dentaires ne sont pas recommandés avant l'âge de 16 ans.

Pour plus d'informations, nous vous invitons à consulter notre site internet au [www.drebaillargeon.com](http://www.drebaillargeon.com).



---

Docteure Isabelle Baillargeon  
D.M.D. Orthodontiste