



## **Recommandations pour appareil d'expansion palatine rapide (EPI)**

---

### **Changement de l'appareil**

Rincez l'appareil avant de l'insérer en bouche.

Changez l'appareil 1 fois par jour, toujours au même moment de la journée, idéalement en soirée.

Nettoyez les dents, la gencive près des dents et la gencive au palais. Passez la soie dentaire.

Placez le nouvel appareil.

Ne pas cesser le port du dernier appareil.

### **Inconfort**

Les dents seront sensibles pour quelques jours. La sensibilité est surtout ressentie lors de la mastication ou du brossage. Dans certains cas, cet inconfort peut apparaître plus tard en cours de traitement.

La prise de Tylenol ou Advil est fortement recommandée principalement les premiers jours. Manger des aliments moins durs réduira la pression sur les dents et l'inconfort.

Une hypersalivation sera aussi observée les premiers jours. De légères difficultés phonétiques seront observées temporairement.

Si un attachement s'est décollé, il est préférable de nous contacter.

### **Irritations**

En cas d'irritation, rincer la bouche à l'eau salée ou appliquer un gel spécifique pour les irritations disponible en pharmacie, aidera à soulager. Les irritations peuvent aussi être occasionnées par des débris de nourriture.

### **Hygiène**

Il est primordial d'avoir une hygiène dentaire impeccable pour éviter que des aliments se coincent sous l'appareil pour prévenir des blessures. L'utilisation d'un rince-bouche antibactérien sans alcool 1 fois par jour permet d'assurer une meilleure santé des gencives.

Rincez vigoureusement la bouche avec de l'eau après les repas. Brossez les dents après les repas et au coucher.

### **Alimentation**

Ne pas enlever l'appareil pour manger.

Aliments défendus: noix, arachides, maïs soufflé, gomme.

Aliments déconseillés: caramel, jujubes, tire, aliments collants.

### **Visites chez le dentiste**

Il est nécessaire de continuer à voir votre dentiste pour vos examens et nettoyages périodiques, car ces traitements ne sont pas effectués chez votre orthodontiste et sont essentiels à la bonne santé de vos dents et de vos gencives.

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



---

Docteur Isabelle Baillargeon  
D.M.D. Orthodontiste