



# JARJOURA GAGNON

ORTHODONTISTES | PARODONTISTES

## APPAREIL POUR CORRECTION DE MAUVAISES HABITUDES (Piège à langue)

### À propos de l'appareil

L'appareil est utilisé pour éliminer la mauvaise habitude de succion du pouce et des doigts ou le mauvais positionnement de la langue. La grille de l'appareil sert de barrière qui rappelle au pouce, aux doigts et à la langue de ne pas pousser contre les dents.

### Adaptation

Il est normal que votre salive soit plus abondante et que la prononciation soit légèrement modifiée pendant une période de 24 à 48 heures. Des aliments mous et faciles à mastiquer sont recommandés lors des premiers repas. En cas d'ulcères ou d'irritations, utilisez la cire orthodontique. Soyez patient, vous devez prendre le temps de vous adapter à l'appareil. Il arrive parfois de voir l'appareil s'imprégner légèrement au niveau de la langue. Ces lignes disparaîtront peu après le retrait de l'appareil.

### Alimentation et habitudes

Afin d'éviter les bris, les déformations de l'appareil, les blessures et les caries dentaires, il est impératif de bien coopérer en suivant ces conseils alimentaires:

- Ne mangez pas de gomme à mâcher, de bonbons durs, de caramels, de tires ou de jujubes.
- Ne mangez pas de **maïs soufflé**, de noix, d'arachides ou de croustilles à la farine de maïs (Doritos, tacos) car ces aliments restent souvent coincés sous l'appareil causant une inflammation douloureuse de la gencive.
- Évitez les collations et les breuvages très sucrés.
- Rincez souvent la bouche à l'eau, surtout après toute collation.

### Hygiène — Recommandations strictes

Une hygiène impeccable est primordiale.

- Rincez vigoureusement la bouche, avant le brossage, afin d'éliminer les particules alimentaires.
- Brossez les dents et la langue normalement trois fois par jour.
- Brossez directement le métal de l'appareil en s'assurant que les soies de votre brosse touchent la gencive autour des bagues et le palais.
- Passez la soie dentaire comme à l'habitude.
- Une supervision ou vérification quotidienne des soins d'hygiène est nécessaire pour les enfants de moins de 12 ans.