Docteur Cyrille Lobot
DU d'Occlusodontologie et Réhabilitation Orale Fonctionnelle - Université Lille II
DU de Prise en Charge des Douleurs Crânio-Cervico-Faciales - Université Paris V
Membre de la Société Française d'Orthopédie Dento-Faciale
Membre de la World Federation of Orthodontists

52 quater route Nationale 2
97412 Bras Panon
Téléphone : **0262 41 70 50**

Objet : **CONSEILS PLAQUES D'ORTHOPEDIE**

ACTIVATION

Tourner le vérin 2 fois par semaine, par exemple le mercredi et le samedi

Ceci va permettre d'activer la suture qui se trouve au milieu du palais et d'obtenir une expansion de celui-ci

24H/24

Garder la plaque 24h/24 sauf pour le brossage et pour tourner le vérin si la plaque est amovible

La muqueuse du palais étant très élastique, on perd l'expansion obtenue précédemment lorsque la plaque n'est pas portée, ce qui allonge la durée du traitement

HYGIÈNE

Brosser ses dents comme d'habitude

Brosser la plaque avec une brosse à dents et du savon de Marseille après chaque repas si elle est amovible, avec du dentifrice si elle est fixée aux dents

Faire tremper la plaque une fois par semaine dans du POLIDENT afin de limiter les dépôts de tartre

GÈNE

La plaque sera gênante pour parler, manger et dormir au début du traitement. Elle peut également faire saliver abondamment les 1ers jours

Il ne faut pas se décourager, c'est normal. Si elle est portée en permanence, tout ira mieux au bout d'une semaine environ

Elle ne doit pas faire mal. Si c'est le cas, il faut prévenir rapidement votre orthodontiste afin de procéder à un réglage

LANGUE

Si la plaque se décolle du palais lors de l'ouverture buccale, il faut la repositionner avec la langue. Cela permet une rééducation linguale, en plus de l'expansion permise par la plaque

FRACTURE

En cas de fracture d'un crochet ou de résine, continuer de porter la plaque tant qu'elle ne fait pas mal. En effet, ne pas la porter même quelques jours risque d'entrainer une récidive