



## Votre appareil de rétention

Félicitations! Vous ne portez plus de broches ou d'appareil fixe. Le fait de porter un appareil dentaire peut être difficile, mais cela en vaut la peine. Maintenant il est important que vos dents restent en place. Votre nouvel appareil de rétention aidera à empêcher que vos dents ne bougent. Il est cher à remplacer; veuillez donc faire de votre mieux pour en prendre soin.

### Quand devrais-je porter mon appareil de rétention?

Le mieux, c'est de porter votre appareil de rétention tout le temps, sauf quand vous :

- vous brossez les dents et les gencives;
- nettoyez votre appareil de rétention;
- faites du sport;
- mangez.

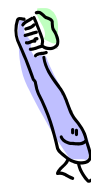


Ne jouez pas avec votre appareil de rétention. Quand vous ne portez pas votre appareil de rétention, gardez-le dans la boîte fournie à cet effet pour ne pas le briser ou le perdre. Et gardez-le à l'abri des animaux - ils adorent les odeurs de salive et d'acrylique.

### Certaines de mes dents me font mal quand je porte mon appareil de rétention - est-ce normal?

Oui. Il est courant que certaines dents fassent mal pendant les quelques premiers jours qui suivent la mise en place d'un appareil de rétention. Téléphonnez-nous pour prendre un rendez-vous d'urgence si :

- la douleur dure plus de 3 jours;
- vos gencives, vos joues, vos lèvres ou votre langue sont irritées pendant plus de trois jours;
- une partie quelconque de l'appareil de rétention est pliée, fêlée ou brisée. N'essayez pas de la réparer vous-même!



### Je ne parle pas de la même manière avec mon appareil de rétention - est-ce que cela s'améliorera?

Oui. Parler avec l'appareil de rétention en place deviendra plus facile, et sous peu vous parlerez comme d'habitude.



### Comment est-ce que je nettoie mon appareil de rétention?

Utilisez du dentifrice et de l'eau ou du Polident® pour nettoyer votre appareil de rétention chaque fois que vous vous brossez les dents. Ne placez jamais l'appareil dans l'eau bouillante.

Pour le nettoyer :

- sortez-le de votre bouche;
- tenez-le dans la paume de la main, au fond du lavabo (pour ne pas le laisser tomber et le briser);
- brossez doucement. Vous pouvez utiliser une petite brosse manuelle ou votre brosse à dents;
- brossez-vos dents et les gencives et remettez en place votre appareil de rétention.

### Que faire si mon appareil de rétention est mal ajusté ou se brise?

Téléphonnez-nous et nous vous céderons un rendez-vous dès que possible.

### Numéros importants

**CHEO Clinique Dentaire**

**613-737-7600 poste 2358**

