



Conseils aux porteurs d'appareil dentaire



Mettre et retirer votre appareil dentaire

Comme toute nouveauté, un léger apprentissage s'impose devant votre miroir...

- **Il n'existe qu'une seule position possible pour votre appareil** : positionnez votre prothèse par rapport aux dents restantes et **pressez sans forcer avec les doigts** pour insérer les crochets autour des dents. Il ne faut jamais tenter de mettre l'appareil en serrant mâchoire contre mâchoire.
- Pour le retirer, il faut tirer doucement sur les crochets avec l'ongle du pouce tout en maintenant avec les index la dent support du crochet.

Porter son appareil

- Lorsque c'est un premier appareil, les 1^{ers} jours peuvent être difficiles : encombrement dans la bouche, nausée, salivation abondante... Il faut se forcer à le garder en place pour s'y habituer et le porter le plus régulièrement possible.
- Malgré tout, un appareil neuf peut provoquer quelques sensibilités en bouche : une visite chez votre dentiste s'impose car un réglage ou un ajustage peut être nécessaire. Toute irritation muqueuse déclenchée peut être apaisée avec des gels antalgiques prescrits.
- Idéalement, gardez votre prothèse en permanence y compris pour dormir, ne la retirez qu'après les repas pour la nettoyer, ainsi que votre bouche.

Entretien

- Il est indispensable d'entretenir votre prothèse pour sa durée de vie.
- Il est tout à fait indispensable d'entretenir vos dents restantes qui assurent la rétention de votre appareil en les brossant, de même que vos gencives qui lui servent de surface d'appui ; celles-ci doivent également être brossées ou massées avec un gel antiseptique.
- Le nettoyage des prothèses doit être fait après chaque repas et hors de la bouche.
- Brossez votre prothèse sur toutes ses faces avec une brosse à prothèse adaptée et du savon de Marseille dans le lavabo.
- Rincez-la à l'eau tiède avant de la remettre en bouche.
- En complément du brossage, des comprimés effervescents peuvent être utilisés en limitant le temps de trempage à 15 minutes et en rinçant les appareils abondamment à l'eau claire.
- Si la prothèse n'est pas portée la nuit, il est conseillé de la garder au sec dans une boîte adaptée plutôt que de la laisser tremper.

TOUJOURS consulter votre dentiste en cas de douleurs persistantes ou d'inflammation récalcitrante de vos gencives