

## Les rendez-vous de suivi : pourquoi sont-ils nécessaires?

Ces rendez-vous avec votre professionnel dentaire sont très importants afin que votre dentiste vérifie :

- la propreté de vos implants et de vos prothèses;
- la santé de vos gencives et de vos os;
- le bon ajustement de vos prothèses.

Vous devriez visiter votre dentiste au moins tous les six mois, selon vos besoins.

## N'oubliez pas... L'efficacité à long terme de vos implants et de vos prothèses exige :

- Une hygiène buccale quotidienne méticuleuse;
- Un dévouement assidu à l'entretien des implants et des prothèses;
- Votre coopération!

# Comment prendre soin de vos implants et de vos prothèses



l'Université McGill © 2005

## Félicitations!

Vous venez tout juste de recevoir vos prothèses à recouvrement sur implants. Vous vous demanderez comment vous avez fait pour vous en passer pendant tout ce temps.

Toutefois, la propreté et l'efficacité à long terme de vos implants dépendent de vous et de votre capacité à les entretenir.

## Si la nourriture ou des bactéries s'accumulent autour de vos implants et de vos prothèses:

- Vos gencives deviendront rouges, enflées ou sensibles. Une perte osseuse peut ensuite se produire autour des implants et, à la longue, vous pourrez en perdre un ou même les deux.
- Les débris d'aliments vont aussi causer la mauvaise haleine.



Nourriture et bactéries entourant les deux implants

## 4. Le trempage des prothèses

Il est tout aussi important de nettoyer vos prothèses que vos implants.

**Vérifiez régulièrement** l'intérieur et l'extérieur de vos prothèses afin de vous assurer de leur propreté. Si elles ne sont pas propres, utilisez une brosse à dents à poils souples afin de déloger doucement les débris. Une brosse à dents pour prothèse est trop rigide.



Prothèse inférieure sale



Prothèse inférieure propre

### Brossez vos prothèses

au-dessus d'un évier ou d'un bol d'eau tiède. Ainsi, si la prothèse tombe, elle ne se brisera pas.



Brossage quotidien avec une brosse à dents régulière à poils souples

**Le trempage quotidien** avec des comprimés nettoyants (par exemple, Efferdent, Polident ou Novadent) élimine les odeurs et nettoie les prothèses.

Enlevez vos prothèses toutes les nuits afin de laisser vos gencives se reposer. Si vous devez les porter la nuit, enlevez-les pendant la journée le plus longtemps possible.



## 2. L'utilisation de la soie dentaire et l'essuyage



Utilisation d'un ruban dentaire



Essuyage avec une gaze de coton

■ Il y a plusieurs sortes de soies dentaires, alors demandez conseil au professionnel dentaire.

■ Le ruban dentaire, plus épais que la soie dentaire, est conçu pour nettoyer les endroits qui sont difficiles à atteindre avec une brosse à dents.

■ Vous pouvez essayer les marques suivantes : Oral-B Superfloss, GUM PostCare, Thornton Perio-Floss et Proxi-Floss.

■ Vous pouvez aussi utiliser un coton-tige, un rouleau de coton ou des tampons de coton.

## 3. Le rince-bouche



■ Les rince-bouches (par exemple, Listerine, Oral-B, Rembrandt, Crest Pro-Health Rinse, Betacell), peuvent être utilisés deux fois par jour.

■ Le rince-bouche constitue un complément au brossage et à l'utilisation de la soie dentaire et non une solution de rechange. Il aide à rafraîchir l'haleine et à enlever les débris d'aliments et les bactéries que la brosse à dents et la soie dentaire ne peuvent pas déloger.



Alors, comment pouvez-vous garder vos implants et vos prothèses propres?

**Vous n'avez qu'à suivre ces 4 étapes!**

### 1. Le brossage



### 2a) L'utilisation de la soie dentaire



ou



### 2b) le nettoyage des implants et des prothèses avec un linge



### 3. Le rinçage



### 4. Le trempage

**C'est Facile!**

# 1. Le brossage

■ Essayez de nettoyer vos implants après chaque repas ou, au moins, le matin et le soir.

■ Les débris d'aliments sont plus difficiles à enlever lorsqu'ils sont là depuis longtemps.



Implants sales



Implants bien entretenus d'un homme de 75 ans



Nettoyage à l'aide d'une brosse avec touffe de poils à l'extrémité et d'une brosse interdentaire

■ On recommande d'utiliser une brosse à dents à petite tête et à poils souples : le nettoyage sera plus doux pour vos gencives.

■ Les brosses interdentaires, les brosses à dents pour enfants et les brosses avec touffe de poils à l'extrémité peuvent également être utiles. Demandez votre dentiste lesquelles sont les mieux pour vous.



Brossage du côté de l'implant

■ Tenez la brosse à dents à un angle tout en faisant de petits mouvements de va-et-vient.

■ Assurez-vous de nettoyer toutes les surfaces de l'implant (l'intérieur, l'extérieur, les côtés gauche et droit), le crochet et les tissus autour de l'implant.

■ Si le brossage est difficile, vous pouvez utiliser une brosse à dents électrique.

■ Prenez votre temps. Gardez la brosse à dents au même endroit pendant quelques secondes avant de changer de position.



Brossage à l'aide d'une brosse à dents électrique de marque Oral-B

■ Il n'est pas nécessaire d'utiliser du dentifrice car il peut égratigner les implants

■ Il existe plusieurs types de brosses à dents électriques. Les brosses à dents à piles, moins chères, conviennent parfaitement!



■ N'oubliez pas de brosser la langue, les gencives et la voûte du palais afin de garder votre haleine fraîche.

