

## Conseils aux porteurs d'appareils



Il n'y a pas d'âge pour porter des prothèses dentaires amovibles. 55% des Français âgés de plus de 65 ans en sont munis. L'installation d'un appareillage peut être recommandée par un chirurgien-dentiste dès l'âge de 18 ans. Un temps d'adaptation s'avère variable d'un patient à l'autre, il suffit généralement d'un à trois mois en moyenne pour s'habituer à ce type de prothèse. Le phénomène d'hyper salivation souvent redouté ne dure qu'une à trois semaines. Il n'existe aucune raison légitime de s'inquiéter quant à une éventuelle mauvaise haleine provoquée par ces prothèses. Seule potentielle responsable : la macération de particules alimentaires piégées entre la prothèse et la gencive, qui peut être évitée par une hygiène dentaire correcte. La pose d'une crème adhésive peut faire office de « joint » entre la prothèse et la gencive.



### LES PREMIERS JOURS

- Les premiers jours essayez de garder votre appareil le plus longtemps possible. Même la nuit dans les premiers temps.
- Sélectionnez des aliments peu durs ou collants et évitez ceux qui contiennent des pépins ou des graines.
- Ecrasez les aliments par petites quantités en essayant de les répartir des deux côtés sur vos dents du fond.
- Mastiquez lentement et verticalement.
- Exercez-vous à parler à voix haute pour prendre confiance dans votre élocution.

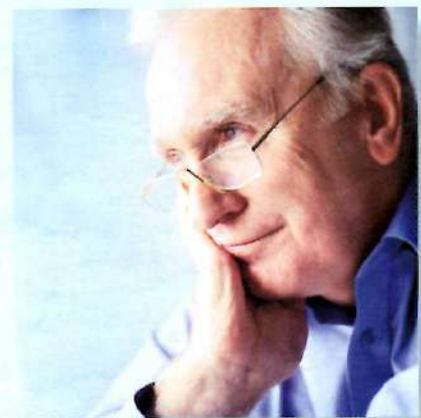
### LES CHANGEMENTS

Ne vous inquiétez pas, tous ces désagréments disparaissent en général spontanément après quelques jours :

- La sensation d'encombrement due à la présence d'un corps étranger est fréquente.
- Une poussière dans l'œil vous fait larmoyer, un nouvel appareil vous fera plus saliver.
- Votre perception du goût des aliments est modifiée.
- Des nausées peuvent apparaître.

### SI VOUS AVEZ DES DOULEURS

- Légères, utilisez un gel antalgique et antiseptique que vous déposerez sur l'appareil à l'endroit de la douleur.
- Plus fortes, il s'agit sûrement d'une blessure. Seul votre dentiste pourra vous soulager. Prenez alors rendez-vous et portez l'appareil quelques heures avant la consultation pour visualiser l'endroit de la prothèse qu'il faut retoucher. Ne remettez en aucun cas vos anciennes prothèses, l'adaptation du nouveau sera d'autant plus difficile.



*Quelques jours sont nécessaires pour s'habituer à un nouvel appareil*



# Conseils aux porteurs d'appareils

## L'hygiène

*Votre appareil nécessite la même attention à l'hygiène que vos dents restantes. Cependant, quelques spécificités restent à observer.*



### COMMENT NETTOYER LA PROTHÈSE...

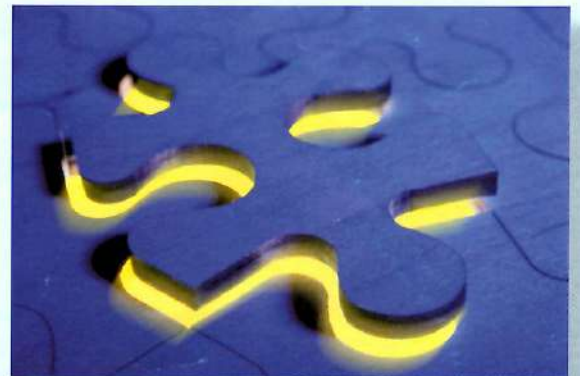
*Après chaque repas, il est préférable de retirer votre appareil et de le nettoyer.*

- *Le brosser avec une brosse spécifique ou une brosse à ongles et du savon de Marseille.*
- *Remplir d'eau son lavabo afin d'amortir la chute éventuelle de sa prothèse pendant le nettoyage.*
- *Chaque soir, vous pouvez le laisser tremper dans une solution nettoyante.*
- *Bien rincer la prothèse à l'eau tiède après.*
- *Une à deux fois par semaine, faites le tremper dans un bain de bouche à la chlorhexidine pendant 30 minutes.*

### ET LES DENTS RESTANTES

*Si l'appareil est partiel, c'est-à-dire si il reste des dents dans votre bouche, pensez à les brosser comme d'habitude (dentifrice fluoré et brosse à dents). Une attention particulière est nécessaire pour les faces des dents naturelles qui touchent les dents de l'appareil.*

*UN PEU DE PATIENCE ! Il faut du temps pour s'adapter à une nouvelle prothèse dentaire. Et ce d'autant plus si vous en portiez avant. Pensez à la différence que vous constatez lorsque vous achetez des chaussures neuves, les anciennes étaient si confortables ! Dans quelque temps, votre appareil s'adaptera à votre bouche comme la dernière pièce d'un puzzle.*



**L'intégration physique et psychologique d'un appareil dentaire dépend surtout de vous**