

La pose de vos aligneurs approche, je voulais partager avec vous certains éléments pour mieux appréhender la suite de votre traitement :

Est-ce que les aligneurs sont douloureux ?

La pose des aligneurs est complètement indolore, nous devons nettoyer vos dents et y appliquer un produit afin de pouvoir coller les taquets..

Quelques heures après la pose les premières douleurs ou gênes peuvent apparaître et la prise de Paracetamol peut se révéler nécessaire ainsi que l'utilisation de cire dentaire pour limiter les petites blessures de la bouche.

Est-ce que la pose des bagues est longue ?

La pose des bagues prend environ 30 minutes plus 10 minutes d'explications et conseils sur le brossage et l'alimentation.

Quels sont les différents éléments présents dans votre bouche ?

- **Aligneurs** : Ce sont les gouttières
- **Taquets** : ce sont les plots de résine collés sur vos dents

Pourquoi les taquets sont-ils nécessaire ?

Les gouttières nécessitent de la retention pour éviter leur désinsertion et les taquets aident à la retention

Les forces appliquées sur vos dents par les gouttières sont dirigées par les taquets qui sont de forme et de position différentes sur certaines dents.

**Les aligneurs doivent être portés 20-22h/24.**

Chaque aligneur est numéroté sur la pochette qui le contient.

Il est recommandé de brosser les aligneurs en dehors de la bouche, avec du savon liquide (pas de dentifrice qui cause des rayures) et une brosse à dents 2 fois par jour.

Vos aligneurs doivent être retirés pour manger et boire (liquides autre que de l'eau).

Vous pouvez également utiliser des comprimés à dissoudre (Polydent) et déposer vos gouttières dans un verre d'eau.

Si un aligneur vous blesse légèrement, vous pouvez utiliser une lime à ongles (neuve) et adoucir/polir le contour blessant.

Il est impératif de garder l'aligneur précédent, car si par mégarde vous perdez un aligneur ou plusieurs, seul l'aligneur précédent permettra de bloquer la situation de vos dents nous laissant le temps de recommander les prochains.

Les assistantes sont là pour vous donner tous les conseils et les réponses correspondant à vos besoins.

### Quelles urgences ?

- taquets décollés : si votre rdv est dans moins de 10 jours et que cela ne vous gêne vous pouvez attendre le prochain RDV. Autrement vous pouvez appeler pour prendre un rendez-vous d'urgence afin de procéder à un recollage.
- Aligneur qui blesse : vous pouvez utiliser une lime à ongles (neuve) et adoucir/polir le contour blessant.
- Petits aphtes et blessures de la bouches : c'est une situation classique, une crème est placée dans la trousse qui vous à été remise à la suite de la pose de vos gouttières.

## Dr Olivier Quinty - *Spécialiste en orthodontie*

Maitre assistant et attaché d'enseignement à l'Université de Genève  
Diplôme Universitaire d'Esthétique Buccale  
Diplôme Universitaire Expertise Médicale  
Conférencier international  
EUMAA - European master of Aligners

---

**ART** / **HOS**  
Cabinet  
d'orthodontie