

PLAQUE OCCLUSALE

Vous portez une plaque occlusale pour :

Protéger vos dents de l'usure
Contrôler votre bruxisme (serrement des dents)
Améliorer ou stabiliser la condition des articulations de vos mâchoires
Éviter que vos dents se déplacent

La plaque occlusale est un appareil en acrylique résistant, confectionné sur mesure à votre bouche.

Portez-la toutes les nuits.

Entretien

Avant d'insérer la plaque dans votre bouche la faire tremper dans l'eau tiède pendant 20-30 secondes.

Pour la retirer, réchauffez-la aussi avec un rince-bouche d'eau tiède pour 5-10 secondes.

Nettoyez avec une brosse de dureté moyenne en utilisant un savon liquide, puis rincer à grande eau.

Faites tremper dans une solution de trempage pour appareil de rétention vendue en pharmacie. Exemple : Polident nettoyant pour appareils de rétention (bande orange).

Éviter l'utilisation de pâte dentifrice sur votre plaque occlusale. L'abrasivité du dentifrice lui fera perdre rapidement son lustre.

Les premiers jours, vous aurez à apprivoiser la présence de votre appareil. Au réveil, vos mâchoires prendront quelques minutes à se replacer.

La quantité de salive pourrait être plus grande et se rétablira après quelques jours.

Les bénéfices que vous retirerez de votre plaque occlusale se feront valoir avec le temps. Soyez assidu à la porter. Vos dents et vos mâchoires en seront récompensées.