

Feuille explicative – Port d'élastiques orthodontiques

Pourquoi porter des élastiques?

Les élastiques orthodontiques (ou intermaxillaires) sont essentiels pour corriger la relation entre vos dents du haut et du bas. Ils contribuent à:

- Aligner les mâchoires
- Améliorer l'occlusion (la façon dont les dents s'emboîtent)
- Accélérer la fin du traitement orthodontique

Comment porter vos élastiques?

- Portez-les **exactement** comme indiqué par votre orthodontiste (position et nombre d'élastiques).
- **Durée** : Habituellement **24h/24**, sauf pour manger ou vous brosser les dents (sauf indication contraire).
- **Remplacez-les** 3 fois par jour (les élastiques perdent leur élasticité).

Conseils pratiques

- Ayez toujours un sachet d'élastiques de rechange avec vous.
- Remettez un nouvel élastique **immédiatement** après chaque repas ou brossage.
- Suivez bien les instructions; un port irrégulier ralentira le traitement.

Ce qu'il faut éviter

- Ne doublez pas les élastiques pour aller plus vite (risque d'inconfort ou de dommage).
- Ne changez pas l'endroit où ils sont placés sans avis.
- Ne sautez pas de journée sans élastique.

Inconfort

- Il est normal de ressentir une légère tension ou douleur dans les premiers jours. Cela diminue avec le temps.

L'importance de la constance

- Plus vos élastiques sont portés **régulièrement**, plus votre traitement sera efficace et court.
- Chaque heure sans élastique **retarde** votre traitement.

★ **Votre constance et votre collaboration sont la clé du succès de votre traitement orthodontique!**
