

A l'attention personnelle de .....

*La période de contention conditionne la stabilité des dents corrigées*

*Votre coopération est indispensable tout au long du traitement*

*Appareil perdu ou cassé : prenez rapidement rendez-vous*

## La période de contention orthodontique

**La période de contention est l'étape qui suit le traitement orthodontique actif. Les appareils de contention ont pour rôle de maintenir le résultat obtenu et de garantir la stabilité de votre traitement.**

### Qu'est-ce que la contention ?

Les dents ont pu être déplacées grâce aux modifications de leurs tissus de soutien (os, gencives, ligament alvéolo-dentaire).

Mais lorsque l'appareil est retiré les dents ont alors tendance à reprendre leur position initiale. En effet les dents gardent en mémoire leur ancienne position ! Il faut donc un certain temps pour que l'ensemble dentaire se stabilise.

### Durée de la contention

Le plus souvent cette période s'étend au moins sur une année, durée nécessaire à la réorganisation tissulaire.

Elle peut toutefois, dans certains cas, être maintenue plus longtemps:

- jusqu'à la fin de la croissance, si cela est indiqué
- jusqu'à la fin de la sortie des dents de sagesse si celles-ci sont conservées

La contention peut être maintenue à vie lors de certains traitements chez l'adulte. Il s'agit alors d'un fil invisible et très bien toléré, ou parfois d'une gouttière transparente.

### Les différents types de contention

Il existe différents systèmes de contention fixes ou mobiles.

Votre praticien choisira celui qui sera le mieux adapté à votre cas personnel.

- un fil collé derrière les dents (parfois du haut ou le plus souvent du bas). Son entretien est essentiel. Le brossage doit être soigneux afin d'éviter les dépôts de tartre. Attention de ne pas manger ou croquer des fruits durs (pommes) ou du pain avec les incisives. Evitez également les chewing-gums, les bonbons durs ou collants.
- une plaque de résine qui maintient les dents du haut.
- un positionneur en silicone transparent fabriqué à partir d'une empreinte dentaire.
- une gouttière thermoformée en plastique transparent, faite sur mesure et pratiquement invisible.

Le plus souvent l'appareil amovible est à porter à la maison, après l'école et pendant la nuit.

Une période de port continu peut être demandée dans un premier temps, si nécessaire.

**Voir aussi :** Conditions de réussite d'un traitement orthodontique



### Nos conseils

- Il existe des appareils de contention pour les enfants, les adolescents ou les adultes. Quel que soit le type d'appareil, il doit être nettoyé chaque jour.