

**docteur olivier guedj** chirurgien dentiste  
diplôme universitaire d'orthodontie pédiatrique  
A 21 avenue du Bel Air 75012 Paris T 01 43 73 00 01 S [www.olivierguedj.fr](http://www.olivierguedj.fr)



## **GOUTTIERE D'EDUCATION FONCTIONNELLE**

*Contient toutes les informations nécessaires au  
bon suivi de votre traitement*

## Qu'est-ce qu'une gouttière d'éducation fonctionnelle ?

\* Il s'agit d'un dispositif médical sur mesure, souple, amovible, destiné à corriger les contraintes musculaires (lèvres, joues, langue) et les mauvaises habitudes fonctionnelles ayant des effets parasites sur la bonne croissance des maxillaires.

\* Cet appareil consiste en une première phase de traitement (une préparation de terrain), qui pourra être suivie ou non d'une phase d'orthodontie traditionnelle avec des bagues ou des aligneurs.

\* Il permet de créer des arcades larges et arrondies, nécessaires à l'éruption de toutes les dents permanentes.

\* La matière utilisée pour la fabrication allie souplesse et résistance, ne contient ni latex, ni phtalate, ni bisphénol.





## Quels sont les objectifs ?

- \* Contribuer au bon développement des mâchoires
- \* Retrouver une bonne position de la langue au palais
- \* Obtenir une ventilation nasale stricte
- \* Supprimer les contraintes musculaires

**Tout cela permettra à la croissance de s'exprimer pleinement. Le couloir dentaire sera libéré afin d'obtenir un pré-alignement dentaire.**

## Comment ça marche ?

Avant de mettre ton appareil, il faut te moucher le nez, une narine après l'autre, après avoir au préalable nettoyé tes narines avec du sérum physiologique.

### Mise en place en 4 étapes :

- 1 Insérer la gouttière en bouche en mettant d'abord les dents du haut puis les dents du bas
- 2 Fermer la bouche avec les lèvres jointes
- 3 Positionner la langue au palais
- 4 Respirer par le nez

## Quand porter ton appareil ?

\* **1h/jour et toute la nuit** (ce qui représente 7h de port par semaine en étant éveillé).

\* Le port doit se faire progressivement. Les premiers jours, il est normal de perdre l'appareil pendant le sommeil.

\* Il est donc primordial de penser à mettre son appareil en étant conscient la journée :

En regardant la télévision.

En utilisant son ordinateur.

En jouant sur sa console (calmement).

En lisant.

En faisant ses devoirs.

En écoutant de la musique.

Sous la douche.

\* Au bout de 4 jours tu porteras ton appareil 1h dans la journée en continue ou en 3 fois 20 minutes. Il faudra environ une semaine à un mois pour réussir à garder ton appareil en bouche toute la nuit.

\* Tu dois effectuer un certain nombre d'exercices de respiration et d'exercices musculaires qui faciliteront le port du dispositif et contribueront au bon développement de tes mâchoires.

## Quelques exercices :

✱ **Exercices de déglutition** : les dents serrées, la bouche fermée et la langue au palais.

✱ **Exercices de respiration** : inspire par le nez, expire par la bouche plusieurs fois afin de prendre conscience de la respiration nasale.

✱ **Exercices musculaires** :

- Claquements de langue sur le palais (cheval au pas)
- Frotte ta langue sur les papilles en arrière des incisives



## Quelques précautions d'utilisation

- Porter l'appareil de façon calme et posée.
- Respecter une bonne hygiène dentaire et de l'appareil (brossage trois fois par jour et brossage de l'appareil tous les soirs).
- Ne pas mâcher, mais serrer les dents progressivement sur l'appareil.
- Ne pas parler avec l'appareil en bouche.
- Ne pas jouer avec l'appareil.
- Ne pas exercer de mouvement de cisaillement sur l'appareil.
- Le garder à distance des animaux domestiques friands de ces matières.
- Bien ranger l'appareil dans la boîte prévue à cet effet.

## Entretien de la gouttière d'éducation fonctionnelle

- Rincer l'appareil à l'eau courante après chaque phase de port.
- Sécher et ranger dans sa boîte.
- Nettoyage avec une brosse à dent et du dentifrice, chaque soir avant de porter l'appareil.
- 1 à 2 fois par semaine, stériliser l'appareil dans de l'eau bouillante (avec l'aide de tes parents) ou en utilisant un comprimé désinfectant (type Nitradine).

## Effets indésirables

Si les indications données sont respectées, les gouttières d'éducation fonctionnelle ne présentent généralement pas d'effets indésirables.

Cependant dans certains cas nous avons constaté :

- Déchirement précoce du dispositif dû au mâchouillage de l'appareil.
- Légères blessures au niveau des muqueuses.
- Inflammation gingivale : ces réactions rares peuvent être désagréables et sont généralement dues à de mauvaises conditions d'hygiène (boissons ou bonbons avant de se coucher ou encore mauvais brossage des dents ou de l'appareil).

Les premiers jours de port, de légères douleurs peuvent survenir, auquel cas, demande un antalgique à tes parents.

Dans tous les cas, n'hésite pas à nous contacter.

**La réussite de ce traitement dépend de ta coopération, ainsi que de celle de tes parents !**