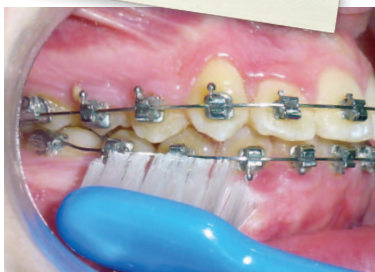
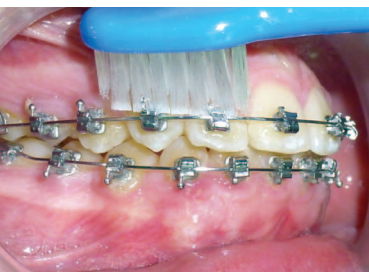


06 L'HYGIÈNE

Un brossage minutieux des dents, au moins deux à trois fois par jour après chaque repas, est indispensable.

Il est fortement conseillé d'utiliser :

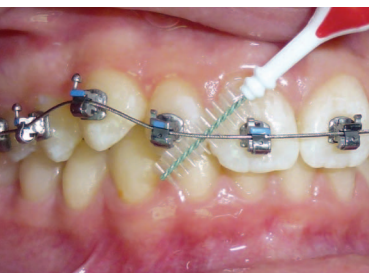
- * une brosse en bon état
- * des brossettes interdentaires
- * un révélateur de plaque



La brosse à dent

Elle doit être placée au dessus puis en dessous des brackets.

Il faut brosser toutes les dents, sur toutes les faces, sans oublier de masser la gencive.



La brossette interdentaire

Elle doit être utilisée au moins une fois par jour.

Elle permet de nettoyer la zone entre la dent, les boîtiers et le fil en métal. Il suffit de passer la brosse en l'insérant toujours de la gencive vers la surface de la dent afin de ne pas blesser la gencive.



Le révélateur de plaque

Il permet de voir les endroits mal brossés en colorant la plaque dentaire en rouge.