

# Orthodontie Paris 7 - Cabinet d'Orthodontie Invalides

## Orthodontie de l'enfant et de l'adulte

### Comment utiliser efficacement une brosse à dents manuelle?

« Le brossage a pour but d'éliminer la plaque dentaire qui se dépose continuellement sur toutes les surfaces dentaires ».



#### La technique de la brosse manuelle

**Il est important de brosser les deux arcades séparément et de dissocier le brossage externe, côté joue, du brossage interne, côté langue ou palais.**

Poser la brosse à dents inclinée à 45° à cheval sur les dents et la gencive.



Imprimer au manche de la brosse un mouvement de rotation de la gencive vers les dents en répétant le mouvement plusieurs fois pour être certain d'avoir éliminé les déchets alimentaires éventuels et la plaque dentaire.



La brosse est déplacée en avant et le mouvement répété en progressant jusqu'au côté opposé.



Le brossage se poursuit de manière identique sur les faces dentaires situées "côté" palais.



Le brossage se termine en nettoyant les **faces horizontales** des dents en leur appliquant un mouvement horizontal.

C'est sur les faces « masticatoires » que les aliments et la plaque dentaire restent souvent collés et développent des caries.



Un léger **massage** des gencives peut être effectué en imprimant un mouvement de va et vient à la brosse à dent sans déplacer les poils.

Le brossage est effectué de la même manière sur la mâchoire inférieure.