

CONSEILS D'HYGIÈNE PÉRI-IMPLANTAIRE POUR COURONNE ET BRIDGE IMPLANTO-PORTÉS

EN PARTENARIAT AVEC 

MAINTENANCE INDIVIDUELLE une bouche saine, un combat quotidien

QUAND ?

Brosser efficacement vos dents et vos gencives
au moins **2 minutes, 2 fois par jour.**

Matin et Soir :

- Brossage des dents et des gencives avec une brosse à dents manuelle ou électrique à tête **souple (15/100^{ème})** et un dentifrice adapté.
- Le brossage de la prothèse et des espaces dento-prothétiques reste la clé de la longévité implantaire.

COMMENT ?

1^{er} temps: reconnaître l'ennemi de vos implants et de vos gencives, la plaque dentaire et la visualiser

Une aide précieuse : le révélateur de **plaque dentaire.**

2^{ème} temps: le brossage des dents

Votre chirurgien-dentiste peut vous prescrire une brosse à dents adaptée à votre parodonte (votre gencive) et à vos tissus péri-implantaires, faites-en bon usage et changez-la tous les 2 à 3 mois.

- Placer votre brosse en formant un angle de 45° et brosser de la gencive vers la dent (du rose vers le blanc).
- Brosser séparément les dents du haut, puis du bas, bouche ouverte en passant devant, derrière et dessus.



2 minutes



Retrouvez tous
les conseils
en vidéo sur
www.inava.fr



3^{ème} temps: le nettoyage inter-dentaire

Au niveau des espaces bordant vos couronnes sur implants, utiliser des brossettes interdentaires (brins en nylon) de forme et dimension adaptées à vos espaces interdentaires pour les protéger et désorganiser le biofilm par **friction mécanique**.

- Humidifier la brossette dans l'eau ou dans un bain de bouche antiseptique prescrit par votre chirurgien-dentiste.
- Insérer la brossette perpendiculairement dans l'espace sans forcer le passage (si besoin, effectuer un léger mouvement circulaire pour faciliter l'insertion) et effectuer des mouvements de va et vient.
- Plier la tige de la brossette de 45 à 90° pour faciliter son passage.
- **Rincer la brossette** et la tremper dans une solution antiseptique entre chaque passage.
- **Changer** vos brossettes interdentaires en fonction de leur usure.

Il est possible de compléter l'action des brossettes avec :

- une brosse monotouffe entre la prothèse et les dents adjacentes,
- un hydropulseur pour enlever les débris alimentaires qui peuvent stagner sous les intermédiaires d'un bridge implanta-to-porté.

En cas de doute, ne pas hésiter à utiliser une nouvelle fois le révélateur de plaque afin de vérifier l'élimination totale de la plaque dentaire.

4^{ème} temps: le bain de bouche

Si votre chirurgien-dentiste vous a prescrit un **bain de bouche** adapté, **utilisez-le en fin d'hygiène péri-implantaire et parodontale, avant le coucher**, selon ses recommandations.

Ne perdez pas le contrôle

Pensez à consulter votre chirurgien-dentiste au moins une fois par an en vue d'assurer le suivi parodontal, péri-implantaire et prothétique.

En cas de saignement/suppuration, sensibilité, mobilité, prenez rapidement contact avec votre chirurgien-dentiste.

