Orthodontie Vernouillet
Dr COCHARD Malvina - Docteur en Chirurgie dentaire, spécialiste qualifiée en Orthodontie
4 rue Jean Jaures 78540 VERNOUILLET
Tel. : +33 1 39 71 66 30
www.orthodontie-valdeseine.fr

Brossettes et fil dentaire : des instruments à mettre entre toutes les dents

Le brossage seul n'élimine que 50% de la plaque dentaire. Il est donc nécessaire de compléter son action par des brossettes ou du fil dentaire.

- **Les espaces situés entre les dents,** appelés également zones interdentaires, sont inaccessibles aux poils de la brosse à dents. Par conséquent, c'est là que commencent à se développer la plupart des caries et des problèmes de gencives.
- **Pour éviter ces ennuis, nettoyer ces zones difficiles d'accès** et maintenir une hygiène bucco-dentaire optimale, le brossage interdentaire est vivement conseillé. Il permet d'éliminer 24% de plaque dentaire supplémentaire.
- **En cas de problèmes de gencives,** de parodontite, de port d'appareil orthodontique ou de prothèse, ce brossage vous sera aussi recommandé.

DEUX MOYENS SIMPLES

- La brossette interdentaire : sorte de petit goupillon, elle permet un nettoyage aisé des espaces larges, notamment chez les patients qui présentent un déchaussement des dents. De légers saignements peuvent être observés lors des premières utilisations de brossettes, mais ils doivent ensuite disparaître. Rincez la brossette sous l'eau après utilisation et jetez-la dès usure (15 à 20 jours après la première utilisation).
- Le fil dentaire : il est recommandé chez les personnes qui présentent un espace très fin entre leurs dents. Il est à utiliser avec précaution pour ne pas blesser la gencive.

La brossette et le fil dentaire s'utilisent après le brossage des dents.

Outil complémentaire, le colorant de plaque dentaire permet de bien la repérer pour contrôler qu'elle a effectivement été éliminée.

À SAVOIR

Choisissez la brossette en fonction de la taille de votre espace interdentaire. Votre chirurgien-dentiste vous conseillera.

N'essayez pas de passer une brossette si l'espace interdentaire est trop étroit. Prenez alors une brossette plus petite ou utilisez du fil dentaire.

N'hésitez pas à demander une démonstration au cabinet afin d'utiliser au mieux ces instruments.