

LES BROCHES, C'EST AUSSI POUR LES ADULTES!

Des broches, à votre âge? Et pourquoi pas! Il n'est jamais trop tard pour entreprendre un traitement d'orthodontie. De fait, de plus en plus d'adultes décident de porter un appareil orthodontique et ils sont enchantés des résultats.

Avez-vous tendance à cacher votre sourire parce que vos dents sont croches? Un traitement d'orthodontie pourrait vous aider. S'il y a 20 ans, les adultes qui portaient des appareils orthodontiques étaient rares — l'orthodontie était alors presque exclusivement réservée aux enfants et aux adolescents —, ils sont aujourd'hui de plus en plus nombreux à recourir à ce type de traitements pour corriger des dents chevauchées, désalignées, croches ou trop espacées. Selon l'Ordre des dentistes du Québec, les adultes représentent désormais environ le quart de la clientèle en orthodontie. Il est vrai que les appareils orthodontiques ont beaucoup évolué ces dernières années: ils sont beaucoup plus discrets qu'autrefois — même que certains sont invisibles! Cela dit, sachez que l'orthodontie n'est pas seulement utile pour améliorer l'apparence de votre sourire. Des dents chevauchées ou désalignées peuvent nuire à votre santé buccodentaire. En effet, comme elles sont plus difficiles à nettoyer, les dents mal positionnées favorisent l'apparition de caries dentaires et de maladies parodontales telles que la gingivite. Un traitement orthodontique peut donc s'avérer un bon investissement pour votre santé buccodentaire.

DIFFÉRENTS TYPES DE TRAITEMENTS

Selon la gravité de votre problème et les objectifs du traitement, différentes options peuvent vous être proposées telles que:

Les appareils orthodontiques fixes

Ces appareils orthodontiques — communément appelés broches — consistent en de petits boîtiers collés sur le devant des dents qui sont réunis par un fil métallique. Grâce à ce système de boîtiers et de fils, on applique une légère force constante sur les dents dans le but de les déplacer lentement et de leur faire prendre une position plus appropriée. Ces appareils orthodontiques fixes, qui peuvent être en métal ou en céramique, permettent de corriger individuellement et simultanément la position de chacune des dents. Ce sont les appareils orthodontiques qui sont les plus performants et qui donnent les meilleurs résultats.

Pour les personnes qui ne veulent vraiment pas que leurs broches paraissent, il est aujourd'hui possible d'opter pour le traitement lingual, qui consiste à placer les boîtiers du côté de la langue, ce qui fait qu'ils passent inaperçus. L'orthodontie linguale donne à peu près les mêmes résultats que la technique traditionnelle, mais elle est plus onéreuse et plus difficile à mettre en œuvre. Elle est également plus inconfortable et gênante pour l'élocution.

Dans tous les cas, une fois ces appareils orthodontiques en place, des ajustements sont nécessaires toutes les quatre à huit semaines afin de maintenir la tension appropriée. Le port des broches peut durer de six mois à quatre ans, selon la complexité du problème.

Les appareils orthodontiques amovibles

Ces appareils orthodontiques amovibles consistent en de fines gouttières en plastique transparent — similaires à celles que l'on porte

pour blanchir les dents — qu'on enfle sur les dents pour les déplacer graduellement. Pour parvenir à redresser les dents, on utilise une série de gouttières fabriquée sur mesure par ordinateur en fonction de chacune des étapes du traitement, soit de la position initiale de la dentition jusqu'à la position finale recherchée. Chaque gouttière de la série est portée durant environ deux ou trois semaines, de façon à déplacer progressivement les dents jusqu'à ce que soit atteinte la position désirée. Comme ils sont amovibles, ces appareils orthodontiques peuvent être retirés pour manger, boire et se brosser les dents, ce qui élimine les restrictions alimentaires et les difficultés de nettoyage associées au port de broches. Cependant, leur usage est plus limité que les broches traditionnelles. Ces appareils ne sont donc pas toujours indiqués selon les mouvements dentaires à effectuer. La durée totale du traitement est comparable à celle qu'exige le traitement traditionnel avec les broches. Des visites régulières chez l'orthodontiste sont également nécessaires.

EST-CE DOULOUREUX?

Dans les premiers jours du traitement — mais aussi après les ajustements des appareils orthodontiques ou lors des changements de gouttières durant le traitement —, vous pouvez éprouver un inconfort mineur, souvent décrit comme une sensation de pression. Ceci est normal et temporaire. C'est un signe que le traitement fonctionne et déplace progressivement vos dents vers leur position finale. Vous pouvez très bien gérer cet inconfort avec un médicament utilisé pour soulager la douleur ou les maux de tête comme l'acétaminophène. Les lèvres, l'intérieur de la bouche

L'importance de l'hygiène buccodentaire

Peu importe l'âge qu'on a, le port de broches nécessite une très bonne hygiène buccodentaire. En effet, comme elles sont collées sur les dents, les broches accumulent les débris alimentaires et la plaque dentaire très facilement. Si l'hygiène buccodentaire est négligée durant le traitement orthodontique, cela peut favoriser l'apparition de caries dentaires et de maladies parodontales. Dans certains cas, il faut même arrêter le traitement, ce qui peut en rallonger la durée et même affecter négativement le résultat final. Il faut prendre le temps de brosser tout autour de chaque boîtier afin de bien éliminer la plaque dentaire et la nourriture qui s'y trouvent. Pour le faire, on peut utiliser une brosse à dents standard ou encore une brosse à dents orthodontique, dont les poils sont coupés à angle pour faciliter le nettoyage. Il faut aussi passer quotidiennement la soie

dentaire, ce qui demande plus de précision et de temps que normalement. Évidemment, cette opération peut être problématique, car elle exige une certaine dextérité manuelle pour réussir à passer la soie malgré la présence du fil métallique — notez qu'il n'est toutefois pas complètement collé sur les dents. L'utilisation d'un enfiler de soie dentaire — une sorte d'embout qu'on place à l'extrémité de la soie dentaire — peut aider à nettoyer ses dents et à gagner du temps. Enfin, la brosse à dents interdente et l'irrigateur buccal (dispositif de pulvérisation d'eau) peuvent être de bons compléments au brossage et à la soie dentaire en aidant à enlever les débris alimentaires et la plaque dentaire entre les dents. Cela dit, la clé du succès réside dans l'attention que l'on va porter au nettoyage de ses dents et de ses broches.

et la langue peuvent également devenir irrités pendant les premières semaines de traitements en raison de la présence des appareils orthodontiques. Ces problèmes s'estompent toutefois avec le temps.

APRÈS LE TRAITEMENT...

Comme les dents peuvent se déplacer par la suite, il faut, la plupart du temps, porter un appareil de rétention — la fréquence et la durée varient selon chaque personne — une fois le traitement terminé. Cet appareil est impor-

tant, car il sert à maintenir les dents dans leur nouvelle position. Il s'agit d'un aspect essentiel du traitement si on veut maintenir les résultats. Dans certains cas, à la place de cet appareil, un léger fil de rétention est collé à l'arrière de la dentition (côté langue) pour éviter que les dents ne se déplacent à nouveau.