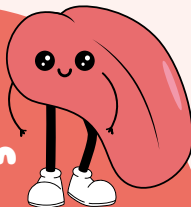


LES CONSEILS D'UTILISATION DE MA GOUTTIÈRE

Pourquoi bien positionner ta langue ?

Au repos, la langue est en position haute contre le palais, afin de le développer. Si la langue ne s'appuie pas contre le palais, celui-ci devient trop étroit pour le placement de tes dents définitives.



Comment la porter ?

- Tu dois positionner ta gouttière en bouche, les masses au centre se place sous ta langue, comme un ascenseur pour coller ta langue à ton palais.
- Tu dois porter ton appareil 2 h par jour, en réalisant une autre activité : La lecture, la télévision, les devoirs, la tablette ou autre. Ce qui va t'aider à mieux le porter la nuit.
- Tu dois ensuite le porter toute la nuit. Les premiers temps, tu risques de le perdre au cours de la nuit, c'est normal. Il faut persévérer.
- Ta gouttière est un appareil fonctionnel. Elle va travailler sur ton occlusion, sur ta posture linguale pour bien positionner ta langue à ton palais, mais aussi sur ta ventilation, pour t'aider à bien respirer par ton nez.

⚠ Il faut suivre scrupuleusement les indications de ton professionnel de santé.

Pour obtenir + de conseils concernant ton appareil, consulte l'espace patient du site internet : www.innovapharm.fr



LES CONSEILS D'ENTRETIEN DE MON APPAREIL



As-tu des animaux de compagnie ?

Si oui, range bien ton appareil car ils en raffolent !



Nous te recommandons 3 brossages par jour après les repas.

Pense à brosser toutes les faces de tes dents et effectue un brossage soigneux, même si c'est plus difficile les jours suivant la pose de ton appareil. A la fin de ton brossage, vérifie que tes dents sont propres !



Comment nettoyer ton appareil ?

- Ton appareil se nettoie à l'eau froide, avec une brosse à dents et du dentifrice, avant et après chaque utilisation.
- Il faut bien rincer, sécher et ranger l'appareil bien sec dans sa boîte, toujours propre.
- Une fois par semaine, tu peux placer ton appareil dans un bain de bouche ou toute autre solution prescrite par ton professionnel de santé.
- Ne le fais JAMAIS bouillir.
- Si ton appareil est abîmé, tu dois en informer ton professionnel de santé.

⚠ Si tu ne respectes pas ces conseils, des réactions inflammatoires risquent d'apparaître.