

## HYGIENE

Il est normal de se brosser les dents.  
Il est normal de les brosser matin **ET** soir.  
Il est conseillé de les brosser aussi à midi.

Si tu ne peux pas les brosser à midi tu peux :

-employer un chewing gum« dentaire »: V6 ou Candida(Migros), etc...

-te rincer la bouche avec une solution fluorée : ACT, Elmex, Candida, etc...

Si tu ne te rinces pas avec la solution fluorée à midi, il est conseillé de le faire quand tu rentres de l'école.

Ceci est plus efficace que juste après le brossage des dents. Il y a assez de fluor dans la pâte dentifrice et le rinçage ne sert dans ce cas pas à grand chose

Un mauvais brossage :



peut avoir des conséquences dramatiques :



Voici le résultat que tu peux obtenir après deux années de traitement et une bonne hygiène :



Patient traité au cabinet