Dr Dorothée Vincent
orthodontiste

L'APPAREIL D'EDUCATION FONCTIONNELLE
EF TRAINER

Objectifs

C'est un dispositif de traitement des problèmes fonctionnels avec la possibilité d'obtenir un alignement des dents.
Il a pour but d'intercepter la déformation afin qu'elle ne s'aggrave pas.
Il associe un dispositif orthodontique à une participation active de l'enfant puisqu'il nécessite des exercices d'éducation fonctionnelle.

Avantages

Cette approche donne de très bons résultats. Elle peut également diminuer le temps de traitement ultérieur (traitement par « bagues » vers 12 ans).

Port de l'appareil

Le port de cet appareil est de **4 heures par jour** (un quart d'heure de temps en temps en faisant ses devoirs scolaires, en regardant la télévision…) avec répétitions des exercices

+ TOUTE LA NUIT

ATTENTION :

- **L'enfant doit avoir les lèvres toujours jointes.**
- **Il ne doit pas mastiquer l'appareil mais simplement serrer les dents dessus.**
- **Il ne doit pas parler avec l'appareil en bouche.**

Laisser l'enfant s'y habituer à son rythme, ne pas s'inquiéter si, au début, il n'arrive pas à le garder toute la nuit.
Dès qu'il peut passer plusieurs nuits complètes avec l'appareil, il peut arrêter les exercices respiratoires.

Exercices

EXERCICES POUR FAVORISER LA RESPIRATION NASALE A EFFECTUER
UNE FOIS PAR JOUR AVEC L'APPAREIL EN BOUCHE

Avant de faire les exercices *:*
L'enfant doit se moucher une narine après l'autre (vous pouvez utiliser une solution nasale), ensuite l'enfant ou le parent masse les ailes du nez avant de se placer dos à un mur, avec tête, épaules, bassin et pieds touchant ce mur :

Exercice 1 (10 fois de suite) : Inspiration complète par le nez, pendant 10 secondes, puis expiration complète par le nez, pendant 10 secondes.

Exercice 2 (5 fois de suite) : Inspiration par une narine en ayant bouché l'autre, puis expiration par l'autre narine en ayant bouché la première et inversement.

Entretien de l'appareil

Il doit être rincé à l'eau tiède après chaque utilisation et brossé avec du dentifrice une fois par jour.
Lorsqu'il ne sert pas, il doit être rangé dans sa boite.

Merci de votre coopération

.