

LA GRILLE

Objectifs

La grille est un appareil qui aide les patients n'arrivant pas à arrêter de sucer leur pouce par eux-mêmes ou pour les aider à positionner correctement leur langue.

Il peut dans un même temps servir à élargir l'arcade dentaire supérieure.

Il est composé de deux bagues placées sur les 2 premières molaires supérieures et d'une tige métallique qui passe au niveau du palais.



Mise en place de l'appareil

La pose de l'appareil nécessite deux rendez-vous après le compte-rendu :

- **Un premier rendez-vous**, pour essayer les bagues et faire une empreinte.
- **Un deuxième rendez-vous**, pour la pose de la grille. Elle est fixe, elle ne peut pas s'enlever.

ATTENTION : LE JOUR DE LA POSE

L'appareil est activé une première fois. Les dents peuvent alors être sensibles quelques jours (essentiellement au niveau des molaires). Cette situation peut durer jusqu'à 7 jours.

Dans ce cas-là, il faut utiliser un anti douleur le temps que ça passe.

- **Au début du traitement**, l'appareil peut aussi être gênant pour manger, parler ou avaler sa salive. Il peut aussi faire « zozoter » un peu. Ceci est passager ! Il faut être patient les 2 à 3 premiers jours du traitement.
- **Durant le traitement**, la langue est en contact permanent avec l'appareil. Ceci peut provoquer de petites irritations, rougeurs, ou marques sur la langue. Il peut alors être utile d'appliquer un gel pour blessures buccales et de masser plusieurs fois par jour les zones irritées.

Le Brossage des dents avec l'appareil

Le brossage des dents avec une grille s'effectue normalement, il suffit d'**insister un peu plus au niveau des molaires**, et de **brosser aussi au niveau de la grille** qui passe au niveau du palais. Cela ne nécessite pas de technique particulière.

Manger avec son appareil



Lorsque l'on suit un traitement orthodontique il est nécessaire de faire attention à ne pas manger des aliments qui pourraient nuire au bon déroulement du traitement.

Les premiers jours après la pose des appareils, il vous faudra manger des aliments mous car vos dents seront sensibles. Evitez par exemple les viandes fermes, les aliments nécessitant une mastication importante.

Tout au long du traitement, afin d'éviter les problèmes (le décollement des attaches, le descellement des bagues et la déformation des fils), il faudra vous abstenir de manger des aliments durs ou collants.

Liste non exhaustive des aliments à proscrire :

- **Pop-corn**
- **Chewing-gum**
- **Caramel, nougat**
- **Noix, noisettes, cacahuètes**
- **Bonbons durs ou collants**
- **etc...**

De plus, les aliments sucrés devront être consommés avec modération car ils sont responsables de la déminéralisation des dents et de la formation de caries. Evitez donc les bonbons, gâteaux, biscuits, sodas... et le grignotage en dehors des repas.

Il est aussi très important de **ne pas « tripoter » l'appareil**, et de **ne pas mettre les doigts dans la bouche**. En effet, cela **pourrait tordre, casser ou décoller la grille**.

Merci de votre coopération