



BROSSES À DENTS

I N F O R M A T I O N

Les brosses à dents délogent les débris et la plaque des surfaces des dents et des gencives. Elles stimulent aussi les gencives pour les garder roses et en santé. Il existe une variété de brosses à dents, la question est, laquelle est la plus efficace pour déloger la plaque?

GUIDE POUR UN BROSSAGE EFFICACE:

La technique efficace, recommandée par la plupart des professionnels dentaires, déloge la plaque sans affecter les dents et les gencives. **Voici comment**

procéder:



- 1)** Tenez le manche de la brosse à dents dans la palme de la main en pressant le pouce contre le manche. Votre pouce devrait se trouver près de la tête de la brosse à dents afin d'avoir un bon contrôle.
- 2)** Placez la brosse en diagonale avec les poils tournés vers la racine des dents et inclinez la brosse à 45 degrés sur la gencive. Placez les poils partiellement sur la gencive et partiellement sur la surface de la dent.
- 3)** Effectuez un mouvement rotatif léger des poils, les déplaçant de la gencive à la partie supérieure de la dent. Lentement, comptez jusqu'à 10.

4) Répétez ces étapes jusqu'à cinq fois par endroit. Pour les dents antérieures, placez la brosse sur sa partie plate ayant la partie étroite de la tête à 45 degrés sur la gencive et les dents, effectuez des rotations comme décrit précédemment.

Toujours utiliser une brosse à dents souple ou extra souple

- ★ Les poils souples sont plus efficaces pour nettoyer la ligne de la gencive (l'endroit où la gencive rencontre la couronne de la dent) et sont plus doux pour les gencives
- ★ Utiliser une brosse à dents souple réduit la récession gingivale et l'érosion causée par le brossage
- ★ Les poils rudes peuvent actuellement endommager l'émail et la dentine de la dent et ainsi en affaiblir la couronne



Une brosse à dents devrait être:

- ☆ Durable
- ☆ Flexible
- ☆ À manche léger
- ☆ À poils forts sans être tout à fait rigides
- ☆ Facile à manipuler
- ☆ Facile à nettoyer
- ☆ Capable de rencontrer les besoins de l'individu

Car toutes les brosses à dents ne conviennent pas à tous les individus

SAVIEZ VOUS QUE?

Les brosses à dents existent depuis 1600 av.J.-C. À l'origine, on se servait de brindilles ou des petits bouts de bois provenant des branches d'arbre. Les bouts de la branche étaient effilochés en écrasant les fibres pour en faire des poils similaires aux poils des brosses d'aujourd'hui.

BROSSES À DENTS

MANCHES ADAPTÉS



Les poignées spécialisées peuvent être confectionnées pour rencontrer les besoins individuels des résidents. Voici quelques exemples de poignées spécialisées:

Un manche de bicyclette en caoutchouc: Ceci procure une meilleure poigne pour le résident qui n'a pas un bon contrôle manuel



Une balle de tennis: Ceci aide spécialement les résidents qui ne peuvent pas tenir le petit manche d'une brosse à dents régulière



Des brosses à dents à long manche sont aussi disponibles pour les résidents qui ne peuvent pas allonger leurs bras complètement

Déloger la plaque efficacement dépend plus de la technique de brossage que de la brosse à dents

Les facteurs à considérer lors du choix de la brosse à dents pour le résident:

- 1) Quelle est l'habilité à utiliser une brosse à dents efficacement sans causer de dommage?
- 2) Existe-t-il des conditions physiques à considérer comme la dextérité manuelle, la vision etc. ?
- 3) Est-ce qu'ils sont motivés, prêts à exécuter leurs soins de santé dentaire?

MODÈLES DE BROSSES À DENTS

Une brosse à dents électrique est une bonne alternative à la brosse manuelle, spécialement si le résident a des limites physiques affectant l'habilité à brosser. Lorsqu'utilisée d'une façon appropriée, certaines brosses électriques sont reconnues pour être plus efficaces à déloger la plaque que les brosses manuelles. Les brosses électriques ont des vitesses et des motions qui ne peuvent pas être reproduites avec une brosse manuelle.

Il est important de lire les directives avant de l'utiliser, car elles sont toutes légèrement différentes. La technique est encore importante lors de son

utilisation. Si les poils ne sont pas placés de la bonne manière, à la ligne de la gencive, les gencives peuvent devenir irritées.

Pas besoin d'appliquer de la pression sur les gencives ou les dents lors de son utilisation, elle est conçue pour faire le travail pour vous. La technologie d'oscillation ou de rotation délie et déloge la plaque



Une brosse "**Collis Curve**" est spécialement conçue avec des poils courbés. Ces poils courbés entourent la dent. Cela permet de nettoyer la surface intérieure et extérieure des dents simultanément.

QUAND REMPLACER UNE BROSSÉ À DENTS

- ✓ Les brosses à dents devraient être remplacées à tous les trois (3) mois (au minimum)
- ✓ Remplacez les brosses à dents à la suite d'un rhume ou d'une grippe afin de prévenir les rechutes dû aux bactéries ou virus présents dans la brosse
- ✓ Toujours remplacer une brosse qui est usée ou effrangée

Il peut être nécessaire d'utiliser **une brosse à dents d'enfant** pour les résidents qui ont de la difficulté à ouvrir la bouche ou qui ont une petite bouche. Comme les brosses à dents d'enfant ont de petites têtes et de petits manches, elles sont aussi idéales pour ceux qui ont de petites mains.



Les brosses à dents à succion s'attachent à une succion mécanique et permettent de procurer le brossage des dents alors que la succion aspire les débris ou la salive tout en brossant. Cet appareil est idéal pour les résidents qui ont de la difficulté à avaler.