

## Conseils- Plaque occlusale

### Les premières journées

Vos dents peuvent être sensibles lors de la mastication. L'inconfort peut durer une à deux semaines sans devoir s'inquiéter. Le port de la plaque à l'état d'éveil, une à deux heures avant d'aller au lit, peut vous aider à mieux vous acclimater à celle-ci. Ne vous surprenez pas s'il vous arrive d'enlever votre plaque durant votre sommeil. S'il y a lieu, remettez-la simplement. Il est impossible que vous l'avaliez en dormant. Le port de votre plaque peut augmenter votre salivation, mais cela ne durera que quelques temps.

### L'entretien

Pour le nettoyage de votre plaque, il est conseillé d'utiliser une brosse à dent avec un dentifrice non-abrasif (sans agent blanchissant) ou un savon doux après chaque utilisation. Au matin, déposez votre plaque dans le coffret fourni à cet effet. Nettoyez également le coffret. Il n'est pas nécessaire de mettre de l'eau dans ce dernier.

**N'OUBLIEZ PAS D'APPORTER VOTRE PLAQUE OCCLUSALE À CHACUNE DE VOS VISITES À LA CLINIQUE POUR QUE NOUS PUISSIONS FAIRE UN CONTRÔLE ET UN NETTOYAGE COMPLET DE CELLE-CI.**

**En cas de doute ou questionnement, n'hésitez pas à communiquer avec nous! 418-628-0707**