

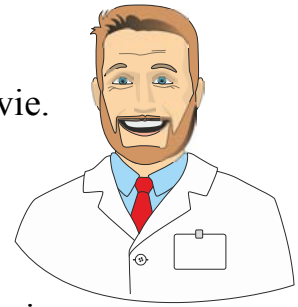


**Philippe COLLARD**  
**Dentiste Spécialiste en Orthodontie**

**Salut,**

Tu vas commencer un traitement d'orthodontie.  
C'est un événement important et tu t'en souviendras toute ta vie.

Quand on ne sait pas ce que c'est, ça peut faire peur !  
Des copains à l'école racontent parfois que ça fait mal, que ce n'est pas beau, qu'on n'ose plus sourire. Peut être a-t-on dit à tes parents que ça coûtait très cher ou que ça ne servait à rien de commencer trop tôt, que ça abîmait les dents.



Pourtant, un traitement orthodontique peut te rendre un joli sourire, un plus joli visage et même parfois t'aider à mieux respirer ou à mieux parler. Ce serait dommage de t'en priver.



Ce petit fascicule est là pour essayer d'expliquer le plus possible comment se passe vraiment un traitement orthodontique.

Je vais répondre à quelques questions que les enfants et leurs parents aussi me posent souvent.

**Philippe, ton orthodontiste**

### **Pourquoi ai-je besoin d'un traitement orthodontique ?**

En général, on consulte un orthodontiste parce que les dents sont mal alignées. L'appareil d'orthodontie sert à redresser et aligner les dents. Il peut les avancer ou les reculer et même les remonter lorsqu'elles sont trop visibles.

Mais je peux aussi te proposer de commencer un traitement avant qu'elles se placent de travers. Il faut faire de la place entre les dents pour que les nouvelles dents, les dents définitives, se mettent directement en bonne position.



Et en plus, lorsque les os de tes mâchoires grandissent mal, il faut parfois les aider à grandir plus et dans la bonne direction.

### **Pourquoi les dents sont-elles mal alignées ?**

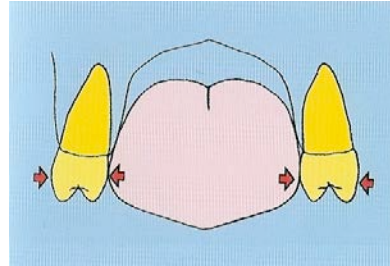
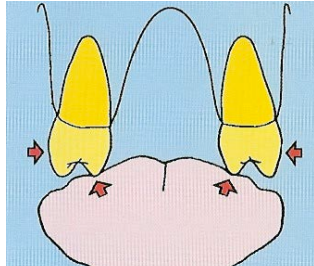
Les dents mal alignées, c'est comme la fièvre ou la douleur. Ce n'est pas la maladie mais c'est ce qu'on ressent en premier.

Quand des microbes se développent au fond de la gorge, tu as mal et tu fais de la fièvre. Si on te donne un sirop pour la gorge, tu auras moins mal mais on ne tue pas les microbes. Si tu ne prends plus de sirop, les microbes sont toujours là et tu recommenceras à avoir mal à la gorge. Pour guérir, il faut tuer les microbes avec un médicament qu'on appelle un « antibiotique ». Après, la douleur ne reviendra pas.

Les dents mal alignées, c'est comme la douleur. On peut soigner l'alignement des dents avec un appareil mais si tu arrêtes de mettre ton appareil, les dents redeviennent mal alignées parce qu'on n'a pas soigné la vraie maladie.

Alors qui est le vrai responsable ? Ce sont les muscles qui sont dans la langue, les lèvres et les joues. Ils poussent sur tes dents et les déplacent.

Et pourquoi font-ils ça ? Parce que quelque chose les oblige à travailler de travers. Parfois, c'est le pouce qui oblige la langue et les joues à se placer au mauvais endroit. Ou alors, ils font ça quand tu ne respirez pas assez par le nez. Quand tu respirez par la bouche, la langue ne pousse pas assez les dents vers l'extérieur et l'arcade des dents ne grandit pas assez pour qu'il y ait assez de place pour toutes tes dents.



Parfois, il suffit d'apprendre à ne plus sucer son pouce ou à respirer mieux par le nez ou encore à bien fermer la bouche et à placer la langue au bon endroit pour que les dents s'alignent toutes seules. Malheureusement, le plus souvent, il faut aussi rattraper tout le temps pendant lequel la langue et les lèvres ont mal travaillé. Pour ça, je dois remettre tes dents en place avec un appareil.

Parfois, des enfants n'arrivent pas à corriger la mauvaise habitude. Alors, on ne peut pas faire grandir l'arcade dentaire et il faut enlever quelques dents pour faire de la place pour les autres.

### **Pourquoi dois-je apprendre à respirer par le nez et à bien placer la langue ?**

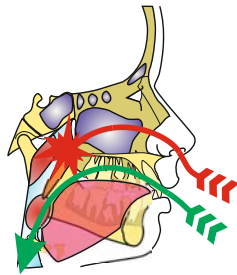
Il y a beaucoup de raisons pour que tes dents soient mal alignées. Mais la plus grande raison, c'est parce que tu respirez trop par la bouche et pas assez par le nez.

En respirant par la bouche, tu ne fais pas passer l'air par le nez. Ton nez ne fonctionne pas assez et cette partie du visage grandit beaucoup moins.



Tes dents du dessus sont accrochées sous cette partie du visage. Si elle grandit moins, il n'y a pas assez de place pour toutes les dents.

En plus, quand l'air doit passer par la bouche, la langue pourrait faire un bouchon et tu ne pourrais plus respirer. Alors, tu dois tirer la langue vers le bas pour laisser un espace sous le plafond de la bouche qu'on appelle le « palais ».



La langue se place alors derrière les dents du bas ou entre les dents du haut et les dents du bas. Elles ne poussent plus sur les dents du haut et l'arcade dentaire ne grandit pas en largeur. Elle est trop petite pour placer toutes les dents l'une à côté de l'autre.

Si tu apprends à bien respirer par le nez, tu n'auras plus besoin de respirer tout le temps par la bouche. Alors tu pourras apprendre à bien placer la langue contre le palais et elle pourra pousser les dents du haut vers l'extérieur. Il faudra sûrement les aider avec un appareil mais quand on enlèvera l'appareil, elles ne redeviendront pas comme avant.

### **Peut-on aligner mes dents mêmes si je n'ai pas encore toutes mes bonnes dents ?**

L'orthodontie, ce n'est pas qu'aligner tes dents. C'est aussi guider l'arrivée de tes nouvelles dents et tout faire pour que les mâchoires grandissent bien.

Si un problème apparaît à 4 ans, il te fera du mal tout le temps. Quand tes nouvelles dents arriveront, elles n'auront pas assez de place et ça ira de plus en plus mal chaque fois que des nouvelles dents arriveront.



On ne peut pas tout faire avant l'arrivée de toutes les nouvelles dents mais on peut arrêter les dégâts pour que ce soit plus facile de les aligner plus tard. En plus, quand toutes les nouvelles dents sont là, le corps a presque fini de grandir et on ne peut presque plus faire grandir les mâchoires. Elles resteront trop petites et on ne pourra jamais placer toutes les dents dessus. Il faudra souvent enlever des dents pour aligner les autres. Pour éviter ça, il faut préparer les mâchoires quand elles grandissent beaucoup c'est-à-dire entre 10 et 13 ans.

### **Alors quand faut-il commencer un traitement orthodontique ?**

Et bien ça dépend du problème ! C'est pour ça qu'il faut que tu me montres tes dents très tôt. Comme ça je pourrai choisir le meilleur moment pour te mettre un appareil.

- Je peux déjà commencer à travailler sur les petites dents avant que tu aies 6 ans. Il faudra soigner ce qui empêche de placer les nouvelles dents au bon endroit :
  - Si tu sucres ton pouce ou si tu gardes la tétine.
  - Si tu respirez par la bouche.
  - Si tu as de grosses amygdales au fond de la gorge.
  - Si tes petites dents sont déjà mal placées.
  - Si tes mâchoires sont déjà trop petites.



Après ça, tes nouvelles dents auront le plus de place possible pour s'aligner.

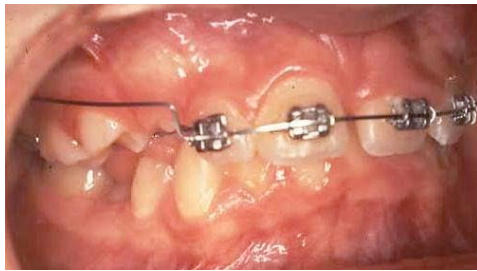
- Entre 6 et 9 ans, les premières nouvelles dents arrivent. C'est d'abord quatre dents au fond de la bouche, les premières molaires définitives qui ne font pas tomber de dent de lait. Après, ce sont les dents de devant, les incisives. Elles doivent remplacer les petites dents de lait qui sont plus petites. Pour ça, la mâchoire doit grandir sinon les incisives de lait en tombant ne laissent pas assez de place et les incisives définitives se mettent de travers ou parfois ne sortent pas.



Si ça arrive, on peut encore faire grandir les mâchoires et créer de la place pour les aider à sortir et à se mettre en bonne position.

- Entre 9 et 12 ans et parfois même jusque 13 ou 14 ans, c'est le moment où tu perdras les dents de lait sur le côté de la mâchoire, entre les incisives et la première molaire définitive. Elles seront remplacées par les canines et les prémolaires.

Comme ces dents de lait occupent plus de place que les dents définitives qui vont les remplacer, il y a un petit espace que je peux encore utiliser pour aligner les incisives. Il faut vite en profiter sinon quand les dents définitives seront en place, cet espace sera perdu.



C'est aussi le bon moment pour faire grandir les os de la mâchoire car dans la dernière partie de cette période, tout ton corps va se mettre à grandir plus vite et les dents se déplaceront beaucoup mieux.

- Après 12 ans ou parfois même 14 ans, toutes les dents définitives sont sorties. C'est le moment où je peux finir de corriger un mauvais alignement.



Il vaut mieux avoir des mâchoires suffisamment grandes et avoir assez de place pour aligner toutes les dents car à ce moment, il y a de moins en moins de croissance et on ne peut plus faire beaucoup grandir les mâchoires.

Il faut faire avec ce qu'on a et si ce n'est pas suffisant, il faut extraire des dents pour pouvoir aligner les autres.

Ainsi, s'il faut juste aligner des dents, il faut le faire après 12 ans mais si tes mâchoires sont trop petites, il faut faire grandir les os des mâchoires pendant toute la croissance et commencer le plus tôt possible.

### **Combien de temps faut-il porter un appareil ?**

Les dents prennent leur temps pour se déplacer. Il faut souvent deux années pour tout remettre en place.

Mais si en plus il faut faire grandir l'os et le guider dans la bonne direction, c'est ton corps qui fixe la durée du traitement. Parfois il va plus vite, parfois il va moins vite. Ça dépend souvent de l'âge que tu as. Parmi tous les traitements que j'ai faits, certains ont

pris 6 mois mais d'autres ont pris 6 ans. Je pourrai te dire combien de temps ça prendra quand je saurai tout ce qu'il y a à faire.

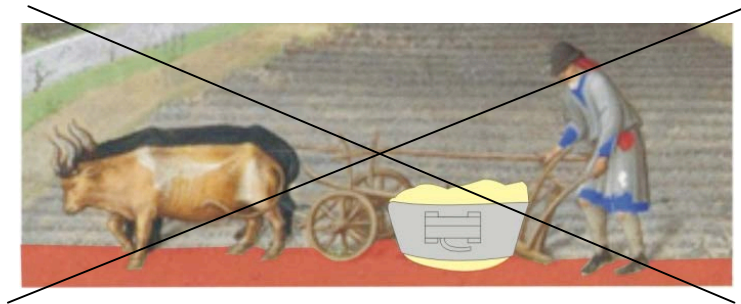
Mais même comme ça, un traitement dure souvent plus longtemps que prévu. Ça arrive surtout si tes dents mettent trop de temps pour pousser ou si ton corps grandit moins vite.

Mais ça arrive aussi si tu casses souvent ton appareil, si tu ne le mets pas assez, si tu oublies de venir à tes rendez-vous ou si tu laisses passer trop de temps entre tes rendez-vous.

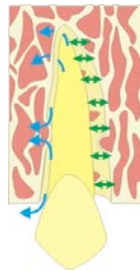
### **Si on tire plus fort sur les dents, est-ce que mon traitement ira plus vite ?**

Malheureusement non. Ça ira même moins vite. C'est bizarre hein ?

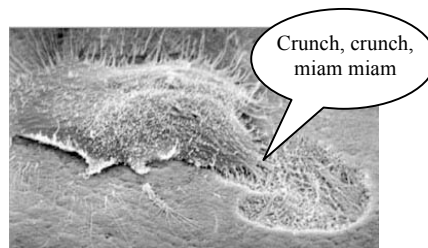
En fait, l'appareil ne déplace pas les dents comme une charrue dans la terre.



Il les pousse juste contre l'os



L'os de la mâchoire n'aime pas qu'on le pousse alors il appelle des petites machines, des cellules spéciales, qui enlèvent de l'os là où la dent appuie et en remettent là où elle ne touche plus.



Tant que la dent est appuyée sur l'os, les cellules enlèvent de l'os d'un côté et en remettent de l'autre. C'est comme ça que le logement de la dent se déplace.

Mais si la dent pousse trop fort sur l'os, c'est tellement serré que les cellules ne peuvent plus se placer entre la dent et l'os. Elles ne peuvent plus enlever de l'os et la dent ne se déplace plus.

Donc il faut tirer la dent assez fort pour que l'os appelle les cellules mais pas trop fort sinon les cellules ne peuvent plus travailler. Il faut régler cette force avec beaucoup de précision et ça, c'est mon travail !

### **A quoi va ressembler mon appareil ?**

Chaque appareil sert à faire quelque chose de précis. Il y a des appareils qui aident la langue à se mettre dans la bonne position,



des appareils qui poussent les dents vers l'extérieur,



des appareils qui font grandir les mâchoires



et des appareils qui alignent les dents.



Je te montrerai les appareils que tu devras porter avant de commencer le traitement

## Est-ce que ça fait mal de porter un appareil ?

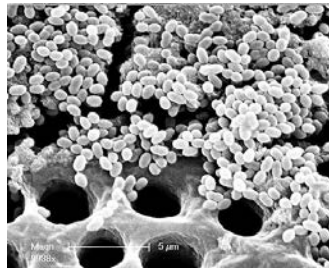
Avec un appareil, on ne fait pas de mal aux dents. Mais il y a des moments qui ne sont pas très agréables. On doit parfois pousser sur les dents pour mettre l'appareil en place et ça peut serrer les dents.

Parfois, tu pourras avoir mal aux dents à cause des appareils. Pas dans le fauteuil, au cabinet mais quand tu seras rentré chez toi. L'appareil pousse sur les dents et ça peut faire mal le soir ou le lendemain. Tu peux demander un petit médicament pour faire passer la douleur.

Parfois encore, l'appareil peut te blesser la langue, les joues ou les lèvres. Il faudra désinfecter la blessure pour qu'elle guérisse vite et peut être revenir me voir pour changer l'appareil.

## L'appareil peut-il abîmer mes dents ?

Dans ta bouche, il y a des milliards de microbes qui utilisent le sucre pour fabriquer une pâte blanche qui fait des trous dans tes dents et qui fait saigner tes gencives.



Quand tu te brosse les dents, tu fais partir la pâte et les microbes pour protéger tes dents.

L'appareil orthodontique rend le brossage des dents plus compliqué. Il faut plus de temps pour bien se brosser les dents.

Si tu continues à te brosser les dents comme avant, le nettoyage sera moins bon. Il restera de la pâte blanche qui fera des trous dans tes dents et fera saigner tes gencives. Tes dents vont s'abîmer.

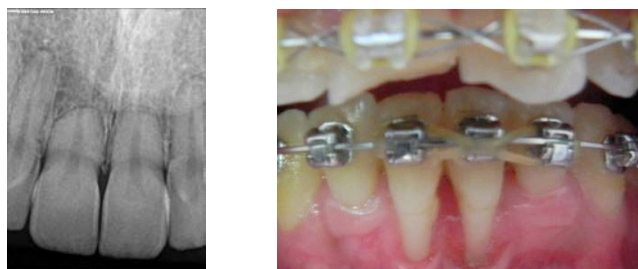


Si tu te brosses bien les dents, 3 fois par jour pendant 3 ou 4 minutes, tes dents ne risquent rien.

### **Et à part les trous faits par les microbes, est-ce que mes dents ne risquent rien ?**

L'orthodontie est une part de la médecine qui aligne des dents. On dit aussi qu'on fait de l'orthopédie de la face parce qu'on dirige la croissance des mâchoires. Pour faire ça, on utilise ce que ton corps sait faire tout seul mais on utilise aussi des systèmes un peu bizarres qui ne sont pas vraiment naturels. Et parfois, quand on force le corps à faire quelque chose qu'il ne veut pas faire, il a des réactions bizarres.

Quand on regarde de tout près des dents avant et après un traitement orthodontique, on voit très souvent que les racines sont un peu plus courtes. On remarque aussi que l'os autour des dents est un peu descendu. Pas de beaucoup mais ça veut dire que les racines et l'os ont été « mangés » à cause du traitement. Tant que ça reste peu de chose, ça ne se voit pas et ça n'a pas de conséquence. Mais parfois le corps réagit très mal et on ne sait pas pourquoi. On voit parfois des dents perdre toute leur racine et tomber. On voit parfois des dents perdre l'os sur un côté et tenir moins bien dans la bouche.

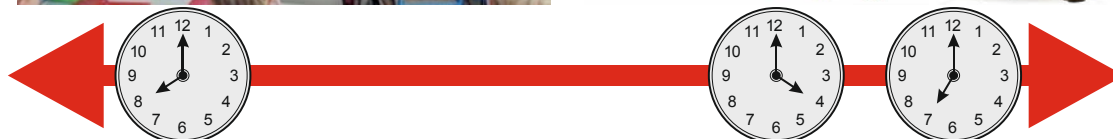
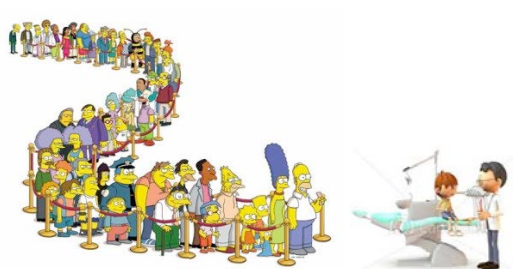


Quand on ne fait pas de bêtises avec le traitement, ces accidents sont très très rares. Malheureusement comme on ne sait toujours pas pourquoi ils arrivent, je ne peux pas te promettre que ça ne t'arrivera pas. Mais ce ne serait vraiment pas de chance !

## Est-ce que je devrai manquer l'école à cause du traitement ?

Un appareil a souvent besoin d'être resserré toutes les 4 semaines. Après, l'appareil ne travaille plus et c'est du temps perdu. Si on ne le resserre pas à temps, ton traitement durera plus longtemps.

Si je ne travaillais qu'après l'école, je n'aurais pas assez de temps pour resserrer tous les appareils de tous mes patients. Alors, tu devrais attendre que j'aie vu tout le monde une fois avant de revenir me voir. Et ça prendrait plus que 4 semaines, peut être 7 ou 8. Et pendant tout ce temps, ton appareil ne servirait à rien !



Alors, pour pouvoir voir le plus de patients après l'école, il faut prévoir des rendez-vous qui ne durent pas longtemps. Et quand de temps en temps, nous avons besoin de plus de temps, il faut que toi et tes parents vous acceptiez de venir me voir pendant les heures d'école. Sinon tu prendrais la place de plusieurs enfants qui devraient attendre trop longtemps pour venir me voir. Ce ne serait pas juste ! Si je ne demande pas ça à tout le monde, je n'aurai pas assez de temps pour te faire venir au bon moment et ton traitement durera beaucoup plus longtemps.

Bien sûr, on fera ça le moins souvent possible et toujours pour des rendez-vous plus longs, par exemple pour mettre ton appareil sur les dents ou pour réparer ton appareil cassé.

Ça risque aussi d'arriver si tu ne peux pas venir au rendez-vous qu'on avait prévu. Tous les rendez-vous après l'école seront sûrement déjà pris et il ne restera plus que des rendez-vous pendant les heures d'école.

## Est-ce que l'appareil peut se casser dans ma bouche ?

Dans la bouche, les dents découpent et écrasent les aliments. Tes dents sont très solides et les muscles de tes mâchoires sont très forts. Quand tu mange, tu écrases aussi les aliments sur l'appareil et après des jours et des jours, l'appareil peut lâcher et se casser. Parfois, c'est une partie de l'appareil qui ne travaille pas et on peut attendre pour le réparer. Mais souvent, c'est une partie importante et ton appareil ne travaille plus. Pire encore, les dents qui ne sont plus tenues par l'appareil se remettent en mauvaise position et il faut recommencer le travail qui a été perdu.

Alors, ne perds pas de temps et préviens-moi tout de suite !!

### **Qu'est-ce que je dois faire quand mon appareil est cassé ?**

Si ton appareil casse, tu peux enlever les morceaux qui te gênent ou qui te blessent mais il faut toujours les garder précieusement et ne pas les perdre. Si tu n'arrives pas à les enlever, il faudra venir au cabinet pour que je te les enlève.

Téléphone-moi toujours pour savoir s'il faut réparer tout de suite ton appareil ou si on peut attendre ton prochain rendez-vous. De toute façon, je dois être prévenu parce qu'il faut prévoir un rendez-vous plus long pour réparer ton appareil.

Ça arrive aussi que je ne sois pas là. Parce que c'est les vacances ou parce que je suis retourné à l'école pour apprendre à utiliser les nouveaux appareils. Parfois même, c'est moi le professeur et j'apprends l'orthodontie à des dentistes. Si je ne suis pas là pour retirer les morceaux de l'appareil qui gênent, tu peux aller voir un autre orthodontiste ou un dentiste. Ce n'est pas grave s'ils abîment l'appareil. L'important c'est que tu sois soulagé ! Après, téléphone au cabinet. Même si je ne suis pas là, il y a un répondeur qui enregistrera ton message. Demande qu'on te rappelle quand je serai revenu.

### **Est-ce que mes dents ne bougeront plus quand on enlèvera mon appareil ?**

Tes dents bougeront toute ta vie. Les mâchoires continuent à grandir jusqu'à 17 ans et parfois même encore plus tard. Et même après, elles changent de forme. La langue et les lèvres changent, les dents s'usent, elles se cassent et on en perd. Bref tout bouge tout le temps dans ta bouche. Il est très rare que les dents restent parfaitement alignées toute la vie.

Alors, après avoir déplacé tes dents avec un appareil, elles sont encore plus instables. Pour les empêcher de bouger, je collerai un fil derrière tes dents ou je te ferai porter un appareil la nuit pour les bloquer.

Même après ça, les muscles qui sont tout autour les feront souvent bouger. Parfois très peu et tu ne le remarqueras pas mais parfois beaucoup. Il arrive qu'on doive même recommencer un traitement plusieurs années plus tard. Ça arriverait sûrement si je mettais tes dents au mauvais endroit mais même si elles sont parfaitement bien placées, je ne peux pas être sûr qu'elles ne bougeront pas.

Je prends toujours toutes les précautions pour que ça n'arrive pas mais la nature ne fait pas toujours ce que je veux.

## **Est-ce que mes dents seront parfaitement alignées à la fin de mon traitement ?**

Je suis une espèce de docteur qui aligne les dents des enfants ou même des adultes. Tous les docteurs essaient de soigner toutes les maladies mais parfois c'est la maladie qui gagne. On dit que quand on soigne les êtres humains, on est un bon médecin quand on en guérit 9 sur 10. En orthodontie, c'est la même chose.

Malheureusement, ça veut dire que sur 10 enfants, il y en a toujours 1 qu'on ne réussit pas à parfaitement soigner parce que les dents ne se laissent pas bien déplacer. Ce n'est peut être pas beaucoup mais pour cet enfant là, c'est triste. Alors, je fais toujours beaucoup d'efforts pour le soigner le mieux possible.

Et puis je continue à apprendre de nouvelles choses pour devenir encore un meilleur orthodontiste et essayer de mieux travailler avec les enfants difficiles à soigner.

## **Qu'est-ce que je dois faire pour que mon traitement marche bien et pour qu'il se termine le plus vite possible?**

Mon travail c'est de préparer ton traitement, de construire et de placer tes appareils. Ton travail c'est de les aider à bien travailler.

Ton premier travail, c'est de bien te brosser les dents. Si tes dents sont toujours très propres, elles ne s'abîmeront pas et ta gencive ne gonflera pas autour de ton appareil. Brosse toi les dents après chaque repas et surtout le soir avant d'aller dormir pour que toute la nuit, tes dents restent très propres.

Ton deuxième travail, c'est de faire tes exercices à la maison pour bien apprendre à respirer par le nez et à bien placer ta langue. Comme ça, les muscles n'empêcheront pas les dents de se déplacer et ne le feront pas trop bouger après le traitement.

Ton troisième travail, c'est de bien porter les appareils que tu peux enlever toi même. Plus ils resteront dans ta bouche, plus le traitement ira vite. Mais si tu ne les portes pas assez longtemps, rien ne bougera et tu les porteras pour rien !

Ton quatrième travail, c'est de prendre soin de ton appareil. Ne mange pas de caramel collants ou ne croque pas dans des aliments trop durs. Coupe-les en petits morceaux d'abord.

Sinon, si tu casses ton appareil, il ne fonctionnera plus et même parfois, les dents se remettront de travers. Il faudra souvent un mois de traitement en plus pour réparer les dégâts. Si ton appareil se casse, appelle-moi vite pour le réparer le plus vite possible. Et s'il y a des morceaux, rapporte les moi tous !

Ton cinquième travail, c'est de ne pas rater tes rendez-vous. Après 4 semaines, ton appareil ne travaille plus assez et on perd du temps qui s'ajoutera à la durée totale de ton traitement. Si tu respectes parfaitement tes rendez-vous, le traitement sera le plus court possible. Pour ça, quand on devra se voir plus longtemps pour placer un nouvel appareil ou pour réparer ton appareil cassé, il faudra parfois que tu viennes me voir pendant les heures d'école.

Garde bien ce petit fascicule. Tu pourras le relire si tu te poses encore des questions. Bien sûr, tu peux aussi me poser toutes les questions que tu veux. Tu peux aussi les poser à Sandrine. On sera toujours heureux de te répondre.

A la prochaine !

Philippe, ton orthodontiste

