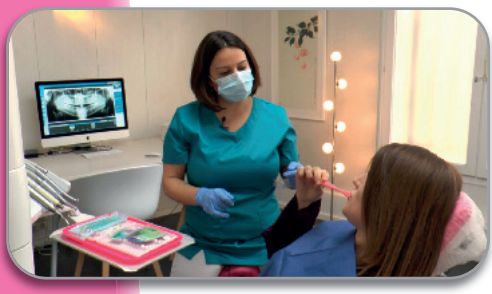
## Ecoute des habitudes du patient



- Comment vous brossez-vous les dents ?
  Quel type de brosse utilisez-vous ?
  L'assistante est là pour conseiller et montrer les techniques, pas pour juger.
- En fonction de ce que montre le patient, l'assistante peut poser des questions puis conclure : C'est bien, je pense que l'on peut encore améliorer votre technique.
- L'assistante montre au patient les bons gestes en bouche.

## Exposé des techniques de brossage

- Les méthodes de brossage, le temps (3 min) et le choix de la brosse : souple, petite tête.
- 2 techniques : les rouleaux (ou petits ronds) ou le balayage, de la gencive vers la dent, du rouge vers le blanc.
- Le brossage c'est aussi masser les gencives et les stimuler pour qu'elles restent toniques.
- Il est recommandé de toujours brosser dans le même ordre, pour n'oublier aucune zone.

## Démonstration du brossage

- M'autorisez-vous à faire la démonstration sur vous ?
- Commençons en bas à droite à l'extérieur, en mettant le manche de la brosse à l'horizontale. On place la brosse de façon à avoir les brins à peu près 1/3 sur la gencive et 2/3 sur les dents. On ferme un peu la bouche pour avoir plus d'amplitude dans la joue, pas les dents trop serrées sinon on ne fait que déplacer les bactéries du bas vers le haut.
- On va bien chercher les dents du fond et on démarre, petits ronds ou balayage. On peut alterner les 2. On avance petit à petit pour brosser tout l'extérieur en bas. Arrivé à gauche, on passe à l'intérieur, et on déplace la brosse de la même façon.

- Lorsque l'on arrive à la partie la plus difficile de l'arcade inférieure, l'intérieur des dents de devant, il ne faut pas hésiter à redresser la brosse à la verticale tout en faisant rouleaux ou balayage.
- Il reste ensuite une partie de la dent à brosser, c'est la face occlusale, celle qui nous sert à mastiquer. Sur ces faces-là, on peut réaliser des mouvements de frottements.
- Ensuite, on passe à la mâchoire supérieure. On fait la même chose, on commence par l'extérieur, on ferme un peu la bouche, on cale la brosse à dents bien au fond et on brosse. Puis l'intérieur, et on termine par les faces qui servent à mastiquer.

## Accessoires de brossage

- Le brossage est maintenant fait, c'est bien mais pas suffisant car les brins de notre brosse ne passent pas bien entre les dents, donc la plaque dentaire stagne et les bactéries prolifèrent, ce qui provoque les caries.
  Est-ce que vous utilisez des brossettes inter dentaires ou du fil dentaire ?
- Il existe différentes tailles de brossettes en fonction des espaces que nous avons entre les dents. Je vous en donne un échantillonnage, vous essaierez. Vous commencez par la plus large, sans forcer. Si elle ne passe pas, vous prenez la taille en dessous.

- Si aucune brossette ne passe, on essaie le fil dentaire.
  On prend environ 20 cm qu'on enroule autour de ses index et on passe le fil entre les dents en faisant quelques allers-retours tout en le frottant contre les dents. Pour retirer le fil, on relâche un doigt et on laisse glisser. Au début ce n'est pas facile, mais dès qu'on s'entraîne un peu, cela va tout seul.

Maintenant, vous avez toutes les astuces, à vous de bien travailler pour préserver vos dents en bonne santé.