

## CONSEILS POST - SURFACAGE

Nous venons de réaliser un surfaçage. Afin d'éviter une récurrence, le changement de vos habitudes en termes d'hygiène bucco-dentaire est un des facteurs les plus importants.

Afin de faciliter la mise en place des recommandations prescrites en consultation, voici un exemple des conseils mis en application au cours d'une journée.

### Matériel nécessaire :

- **Brosse à dent manuelle souple ou brosse à dent électrique à tête manuelle NEOPULSE**
- **Brossettes interproximales**  
Marque conseillée : INTERPROX Plus Mix ou GUM Trav-ler
- **Facultatif : Irrigateur dentaire sans fil.**



### Le matin après le petit déjeuner

1/ Brossage des dents en utilisant la brosse à dent souple.

2/ Pendant **10 jours après l'intervention** : Bain de bouche au PAROEX pendant 2 minutes.

### Le soir avant de se coucher

1/ Brossage des dents en utilisant la brosse à dent souple.

2/ Passage des Brossettes interdentaires.

-En utilisant le pack **interprox plus mix**, vous pourrez évaluer la taille des brossettes que vous utiliserez.

-Il est important de **frotter sans forcer**. Si la brossette passe trop facilement dans les espaces interdentaires,

Il faudra utiliser un diamètre supérieur. Si vous êtes contraint de forcer pour passer la brossette, il faudra utiliser un diamètre inférieur.

-Chaque brossette peut être utilisée durant **1 mois**.

-Attention : Le code couleur/taille est différent pour chaque marque de brossette.

3/ Facultatif : Utiliser l'irrigateur dentaire sans fil dans les espaces interdentaires.

4/ Pendant **10 jours après l'intervention** : Bain de bouche au PAROEX pendant 2 minutes.

