

## L'observance, L'indispensable à la bonne fin d'un traitement orthodontique

**Entreprendre un traitement d'orthodontie est un engagement qui s'inscrit dans le temps. La durée des traitements varie en effet de 18 mois à 3 ans entrecoupée d'interventions, la pose d'appareils contraignants et suivie d'une période de stabilisation allant de 1 an chez les adolescents à une durée extrêmement longue chez les adultes.**

**Le résultat tangible oblige le respect d'impératifs incontournables : des règles bien définies par les orthodontistes. Ceux-ci en informent d'ailleurs les patients dès le premier rendez-vous de manière à ce que la décision d'entreprendre un traitement soit prise en toute objectivité.**

### Première règle d'OR : « La règle des 3C »

- Coopération du patient,
- Confiance de la famille,
- Collaboration collective avec l'équipe médicale, la famille, les amis ou les collègues.

Passée cette « règle des 3C », vient le quotidien, avec ses contraintes, ses découragements et le résultat des efforts consentis. Mais ces efforts sont nombreux, et certaines étapes sont à respecter :

- ✚ Respecter les rendez-vous qui sont fixés en fonction de l'évolution du traitement. Tous les rendez-vous manqués retardent la fin du traitement.
- ✚ Respecter les règles d'hygiène indispensables pour éviter les risques de caries ou de décalcification (taches blanches sur les dents). Une mauvaise hygiène peut entraîner l'interruption du traitement.
- ✚ Respecter les interdits alimentaires : chewing-gum, bonbons, barres de céréales, aliments durs, boissons cariogènes... En un mot : respecter les appareils mis en bouche, ne rien déformer, casser, décoller, desceller. Tous ces incidents retardent la fin du traitement actif.
- ✚ Parfois il est demandé aux patients d'ajouter des éléments élastiques aux appareils scellés en bouche. Le non respect de cette demande ralentit le traitement, prolongeant d'autant le traitement actif.

### Deuxième règle d'OR : « La règle du tout ou rien »

La deuxième règle d'OR correspond à la période de stabilisation ou « contention ». Elle commence lorsque les appareils multi attaches sont retirés, lorsque l'équilibre est trouvé, lorsque l'alignement est parfait, l'harmonie faciale satisfaisante. C'est un moment de grande fragilité. La stabilité est précaire. Il faut à tout prix continuer à prendre soin du travail accompli qui peut se détériorer rapidement faute d'avoir été jusqu'au bout des efforts nécessaires. C'est la loi « du tout ou rien ».