



Brossage des dents pour l'adulte handicapé autonome ou accompagné

Quand brosser les dents ?

Vous devez vous brosser les dents :

- tous les jours
- après chaque repas
- pendant 2 minutes à 3 minutes

Le brossage du soir est le plus important.

Quelle brosse à dents ?

Vous pouvez utiliser une brosse à dents :

- manuelle à poils souples
- électrique



Quel dentifrice ?

Vous devez utiliser un dentifrice au **fluor**.



Le **fluor** aide à avoir des dents en bonne santé.

Vous pouvez utiliser des brossettes interdentaires

après le brossage des dents.



Comment brosser les dents ?

- Mettre un peu de dentifrice sur la brosse à dents.



- Ouvrir un peu la bouche.
- Ne pas appuyer trop fort sur la brosse à dents.
- Brosser les dents du haut sur tous les côtés.
- Brosser les dents du bas sur tous les côtés .

- Brosser la langue.



- Rincer votre bouche.



- Rincer votre brosse à dents.



- Ranger votre brosse à dents.



Seul le brossage des dents tous les jours permet d'enlever la **plaque dentaire**.



Vous devez :

- encourager la personne à se brosser les dents seule,
- aider la personne pendant le brossage des dents,
- expliquer comment bien se brosser les dents.

Quelques conseils

Brosser vos **couronnes** et vos **bridges**.

Une **couronne** est une fausse dent collée sur la vraie dent.

Un **bridge** remplace 1 ou plusieurs dents.

Si la personne handicapée ne sait pas cracher :

Utiliser des compresses sèches pour enlever le dentifrice.



Continuer le brossage si la gencive saigne un peu.

Vous devez utiliser une brosse à dents à poils très souples.



SOHDEV - Centre hospitalier le Vinatier
95 boulevard Pinel - BP 300 39 - 69 678 BRON CEDEX
www.sohdev.org
Téléphone : 04.37.91.54.14

Cette fiche a été rédigée, relue et validée par l'atelier FALC
de l'ESAT Òsea d'Antonne de l'Apei Périgueux.