

La brosse à dents électrique élimine efficacement la plaque dentaire à l'origine du tartre

Un brossage de qualité permet de limiter l'apparition de caries et des gingivites

Manuel ou électrique le temps de brossage conseillé est de 2 minutes 2 fois par jour, matin et soir

La brosse à dents électrique : un nettoyage des dents optimal

La brosse à dents électrique permet d'obtenir un nettoyage bucco-dentaire approfondi. Son action lutte efficacement contre les bactéries à l'origine de la plaque dentaire et réduit les risques de gingivite à court et long terme.

Les brosses à dents électriques n'abîment pas l'émail et exercent une pression douce sur les gencives. Il existe deux types de brosses à dents électriques :

1) **Les brosses à dents électriques à piles** qui ont une conception semblable à celle des brosses manuelles, mais qui émettent suffisamment de vibrations pour offrir une action de nettoyage complémentaire. La brosse ne peut pas être changée.

- Ces brosses demandent de fournir la majeure partie de l'action de brossage en déplaçant la brosse par mouvements de va-et-vient le long des faces des dents et des gencives.
- Elles sont très pratiques en voyage ou lors de petits déplacements.

2) **Les brosses à dents électriques rechargeables** qui se branchent directement sur le secteur. La technique utilisée peut être sonique ou oscillo-rotative. La tête de la brosse à dents, ou brosse, doit être changée tous les 2/3 mois ou dès que ses poils vous paraissent abîmés, et l'on en conserve le manche.

Une technique de brossage modifiée

- Les brosses à dents électriques rechargeables fournissent l'action de nettoyage, tandis que son utilisateur guide simplement la brosse le long des surfaces dentaires.
- L'effort est donc minimal pour une action maximale.

Différence en matière d'élimination de la plaque dentaire

- Les brosses à dents électriques rechargeables retirent davantage de plaque dentaire qu'une brosse à dents manuelle classique ou à pile pour une même durée de brossage. (La plaque dentaire est l'enduit collant et blanchâtre, composé de bactéries, qui se dépose en continu à la surface des dents).

Options avec, entre autres

- Choix de la tête de la brosse à dents parmi une gamme variée
- Minuteur de durée pour déterminer le temps optimal de brossage
- Choix du mode (quotidien...) et de l'intensité (douce, moyenne, dents sensibles...)
- Capteurs de pression qui alertent cas de brossage trop appuyé

Il existe un type de brosse à dents recommandé pour les personnes ayant des implants.

En effet, dans ce cas, il est important de pas utiliser de brosse à dents à tête dure (ni de dentifrice abrasif) afin d'éviter de créer de micro-rayures au niveau des piliers des implants.

Les brosses à dents connectées

Certains fabricants proposent à leurs utilisateurs de connecter leur brosse à dents électrique à leur smartphone pour les informer et les motiver lors de leurs séances de brossage.

Ces modèles hauts de gamme interactifs enregistrent vos performances de brossage, ainsi que des informations sur votre temps et qualité de brossage par jour, semaine ou mois.

Ils vous alertent (remplacement de la brosse), vous conseillent, vous proposent des soins adaptés en fonction des données reçues. Par exemple, des éléments statistiques ou la zone à brosser en priorité, etc.

Coût

- La brosse à dents électrique à piles se trouve à des prix abordables.
- La brosse à dents électrique rechargeable demande un premier investissement mais offre sans conteste des avantages et caractéristiques supplémentaires en matière d'hygiène et d'efficacité.

Nos conseils

- La brosse à dents électrique rechargeable est facile d'utilisation tout en procurant un nettoyage optimal.
- Votre praticien vous conseillera la brosse à dents la mieux adaptée à votre cas personnel.
- Une fois l'habitude prise, la plupart des patients adoptent définitivement ce mode de brossage.