

Garder longtemps un beau sourire

SOINS DENTAIRES

Comprendre ce qui se passe dans la bouche aide à protéger sa dentition.

ANNE DEVAUX

anne.devaux@lacote.ch

Conservé son capital dentaire le plus longtemps possible, voire toute sa vie, est un défi plus ou moins difficile à relever en fonction des prédispositions génétiques de chacun. Les dentistes reconnaissent que cela exige beaucoup de discipline.

La bouche est un bain de bactéries qui doit rester équilibré. Le régime alimentaire est déterminant pour garder la bonne balance bactérienne et, au passage, une bonne haleine. Le pH optimum de la bouche se situe entre 7,1 et 7,4. La consommation de sucre le fait brusquement chuter. Heureusement, la salive, riche en agents antibactériens, fait remonter le pH. La plupart des jus de fruits représentent un danger. Ils sont très sucrés, mais également très acides. Ce qui équivaut à une attaque de bactéries doublée d'une explosion de limaille.

Lorsque les bactéries prennent le dessus, elles provoquent des maladies. Les caries sont les plus connues. Elles ne sont pas systématiquement douloureuses. Le dépistage est le seul moyen de les détecter dès le début. Quand elles irritent le nerf, elles sont douloureuses. Il y a dès lors urgence à traiter la dent malade pour ne pas la perdre.

Le Dr Olivier Marmy, médecin-dentiste à Lausanne et vice-président de la SSO (Société suisse des médecins-dentistes) reconnaît que nous ne sommes pas égaux devant la carie dentaire. «Il



Des professionnels de la santé dentaire interviennent dans les écoles. Les enfants apprennent à se brosser efficacement les dents. La prévention porte également sur les méfaits du sucre pour la santé des dents. SSO-SOCIÉTÉ SUISSE DES MÉDECINS-DENTISTES

pourrait exister une vulnérabilité d'origine génétique. Les patients «à risque» doivent être identifiés et peuvent aussi profiter des mesures de prévention», affirme-t-il.

Grâce à la prophylaxie, «la prévalence de la carie depuis les années 60 a décliné de 90%. C'est l'un des plus grands succès de santé publique», se réjouit Olivier Marmy

Les gencives en berne

Depuis quelques années, une corrélation est constatée entre les maladies parodontales et cardio-vasculaires, le diabète et l'accouchement prématuré. Cepen-

« Une parodontite non soignée correspond à une plaie ouverte et active égale à la superficie de la paume de la main. »

DR OLIVIER MARMY MÉDECIN-DENTISTE ET VICE-PRÉSIDENT DE LA SSO

dant, la recherche n'a pas établi un lien de causalité directe. La connexion entre ces maladies est expliquée par la mise en circulation des facteurs d'inflammation

générés par la bouche, qui affaiblissent le système immunitaire. Sigrid Kaehr, hygiéniste dentaire et vice-présidente de Swiss Dental Hygienists, explique le

processus de la maladie parodontale. «Tout se dégrade, la gencive se décolle et les tissus de soutien se détruisent petit à petit», ainsi les dents se déchaussent et, au pire, sont extraites. Lors du détartrage sous-gingival, des bactéries agressives sont libérées et peuvent passer dans la circulation sanguine. L'hygiéniste vérifie toujours l'état de santé de ses patients. S'ils ont eu des problèmes cardiaques ou ont connu la pose d'une prothèse dans les mois qui précèdent le détartrage approfondi, du genou ou de la hanche, par exemple, il est courant de prescrire des antibiotiques en prévention.

Composante psychologique

«Dans la nature, esthétique et fonction ne sont pas séparées», affirme le Dr Giuseppe Mercuri, orthodontiste à Ecublens. Particulièrement vigilant au développement de la mâchoire chez les jeunes enfants, il utilise l'exemple d'une boîte: «le maxillaire se comporte comme le couvercle de la mandibule».

Le maxillaire est un os pneumatique. Il est rempli d'air, purifié et chauffé dans les voies nasales et renvoyé à travers une cavité dans le maxillaire. Lorsqu'une fonctionnalité respiratoire par voie nasale est inefficace – chez un enfant allergique ou présentant des végétations hypertrophiées, par exemple –, la crois-

LE COÛT DES DENTS

En Suisse, le patient est également un client. Christine Cunier, médecin-dentiste conseil au Service vaudois de la santé publique, relève que «les inégalités en matière de santé bucco-dentaire sont une réalité en Suisse, tout comme le renoncement aux soins pour des raisons financières». Un projet de loi élaboré par le Département de la santé et de l'action sociale pour promouvoir la prévention et un accès plus large aux soins bucco-dentaires grâce à un nouveau dispositif de soutien financier est actuellement en discussion au Conseil d'Etat vaudois. Olivier Marmy porte la voix de la SSO, qui préconise de conserver le système actuel, économiquement stable, au contraire de l'assurance-maladie dont le coût des primes explose. Les professionnels de la santé dentaire sont très conscients de l'effort financier de leurs patients. Actuellement, 90% des frais dentaires sont payés par les patients, y compris ce que paient les services sociaux au titre du revenu d'invalidité. Les assurances sociales et complémentaires assurement 10% de la facture globale. ●

sance de l'os maxillaire est affectée. La mandibule est un os dur. Aussi, quand les dimensions entre boîte et couvercle ne sont plus coordonnées, une croissance asymétrique au niveau des mâchoires est à craindre. Un dépistage précoce permet de les replacer aisément.

Il n'y plus d'âge pour être appareillé. Le Dr Mercuri soigne «une patiente qui a 65 ans et souhaitait améliorer son sourire. L'état de ses gencives et de ses dents permettait la pose d'un appareil». Aujourd'hui, les appareils se font discrets. L'orthodontiste insiste sur la composante psychologique très importante du sourire, «la bouche est un organe qui exprime nos émotions».

Les professionnels sont conscients de la cherté des soins. Une facture de soins bucco-dentaires peut faire perdre le sourire. A la Fondation du Point d'eau, à Lausanne, le coût très faible des prestations permet d'être soigné et «de garder sa dignité», ainsi que le dit l'une des dentistes bénévoles. Elle ajoute qu'«outre les problèmes de santé générale liés à la perte des dents ou aux maladies gingivales, les problèmes dentaires sont un facteur de désintégration sociale». ●

«Pour ne pas enrichir son dentiste»

«On dit qu'un franc investi dans la prophylaxie dentaire permet d'économiser 230 francs en soins», explique le Dr Olivier Marmy. Il recommande de suivre les quatre piliers de la prophylaxie «pour ne pas enrichir son dentiste».

HYGIÈNE Autrement dit, le brossage des dents. Eva Kirova, assistante en prophylaxie et enseignante chez Dentaform, apporte une dimension professionnelle à cet exercice qui requiert logique et dextérité. Chaque bouche est unique, la méthode de brossage doit être adaptée à sa forme et prendre en compte l'état des gencives. Les droitiers nettoient mieux le côté gauche et inversement, laissant une moitié de la bouche plus vulnérable aux inflammations. Le premier brossage se fait au réveil pour chasser la prolifération nocturne des bactéries.

Ne pas oublier de passer le fil dentaire une fois par jour.

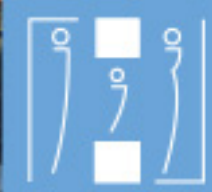
PRODUIT FLUORÉ Soit du dentifrice. Les enfants ne doivent pas utiliser celui des adultes, car la concentration en fluor est trop forte pour eux. Un bon dentifrice doit présenter un taux d'abrasivité (RDA pour Relative Dentin Abrasion) entre 30 et 50. Certains sont calibrés de 150 à 190: «Si on compare l'émail des dents à une carrosserie, c'est comme si on la frottait à la pierre ponce», illustre Eva Kirova.

CONTRÔLE RÉGULIER Une visite régulière chez un professionnel est conseillée chaque année pour un détartrage et un dépistage des caries ou de maladies, telles que gingivites ou parodontites. De même, il vaut mieux faire nettoyer ses im-

plants par un professionnel. «Les implants sont compliqués à entretenir au niveau de l'hygiène bucco-dentaire. Comme tout corps étranger, il faut faire très attention aux bactéries», affirme Sigrid Kaehr, hygiéniste dentaire.

PAS DE SUCRERIES Manger ou boire des sucreries entre les repas est une habitude catastrophique pour les dents. Cette recommandation s'applique à tous, mais Olivier Marmy pense surtout aux adolescents qui sont des cibles privilégiées des fabricants de soda. Tous les professionnels recommandent de mâcher un chewing-gum sans sucre pour activer la salivation et permettre un autonettoyage de la bouche. Le docteur Marmy ajoute qu'«il vaut mieux boire un soda à la paille et éviter de le faire à petites gorgées». ●

PUBLICITÉ



L'association PENAR vous invite à deux conférences :

« La prise en charge de la surdité chez l'enfant polyhandicapé »
Dresse Héléne Cao Van, Responsable unité ORL pédiatrique, H.U.G.

« Place des interprètes en langue des signes, dans le système de santé »
M.Valentin Marti

Vendredi 10 mars 2017, de 12h15 à 13h45
Hôpital de Nyon-Bât. du Corjon-Salle B/C

Formation ouverte aux médecins, aux professionnels paramédicaux et à toute personne intéressée par le sujet.
Cette formation est ouverte aux personnes sourdes; elle sera traduite en LSF.

