

Journal à l'intention des patients
Société Suisse
d'Odonto-stomatologie SSO
www.sso.ch

Info-Dents

Chère lectrice,
cher lecteur,

Les médecins-dentistes vous annoncent une bonne nouvelle. Alors que pour de nombreuses maladies la médecine n'est pas encore en mesure d'apporter la guérison, la situation est fort différente en ce qui concerne les dents. L'art dentaire peut expliquer pourquoi les caries et les maladies des gencives se développent et comment il est possible de les éviter.

La Société suisse d'Odonto-stomatologie considère qu'elle a une tâche très importante à remplir: informer chacun de la façon de maintenir à long terme ses dents en bonne santé et d'assurer leur parfaite apparence en vous rendant attentifs à ce qu'il faut faire pour une hygiène buccale parfaite. A cet effet, la revue «Info-Dents», destinée aux patients, va dorénavant paraître quatre fois par année, dans une nouvelle présentation.

Nous vous souhaitons une lecture passionnante et instructive.

Avec nos
meilleurs messages *Martha Kuster*

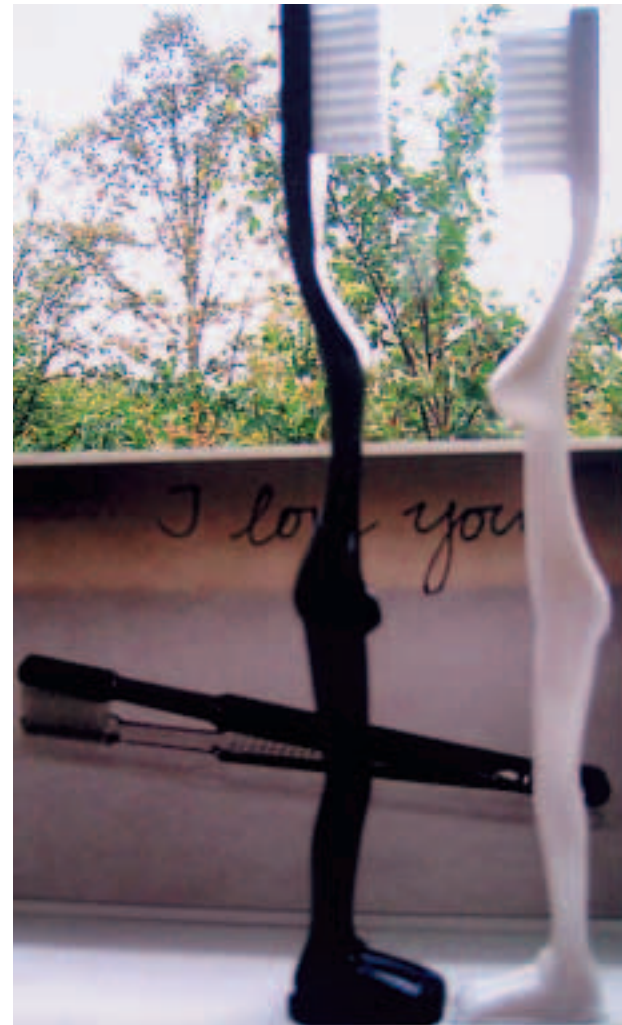
Dr Martha Kuster
Présidente de la Commission centrale
d'Information SSO



■ L'ÉROTISME DU BROSSAGE DES DENTS

Les médecins-dentistes le recommandent trois fois par jour: le brossage des dents

Elisabeth d'Autriche (1837–1898), celle qui reste dans notre souvenir la ravissante Sissi, souffrait terriblement de ses caries, que ses dents durent être arrachées les unes après les autres. Romy Schneider n'aurait jamais pu présenter un visage défiguré à un tel point, dans son rôle d'impératrice autrichienne, ce visage qui a fasciné une génération d'amoureux du cinéma. Les vedettes actuelles, elles aussi, qu'elles se nomment Julia Roberts ou Tom Cruise, ont pour devise: souris de toutes tes dents! Des dents soignées et en bonne santé sont indispensables à notre apparence et à notre expression. Elles sont notre carte de visite et nous sommes jugés en fonction de leur aspect. De belles dents sont attirantes, le brossage des dents peut-il, lui aussi, être une fascination érotique? Notre attention a été attirée récemment par la publicité d'un grand fabricant suisse de brosses à dents, qui montre un couple dans sa salle de bains, occupé à l'activité apparemment pleine de promesses de l'hygiène dentaire. S'occuper de soi-même avec beaucoup d'attention, trois fois par jour, peut être considéré comme un geste source d'autosatisfaction. Pour tous ceux qui doutent encore des relations entre brossage et érotisme, un dernier argument imparable: la mauvaise haleine. Elle est un antidote à l'amour à nul autre pareil. Il ne faut pas que vous en arriviez là. Brossez-vous les dents. Faites-le trois fois par jour!



SOMMAIRE

_____ ■ page 2

La radiologie au cabinet dentaire

_____ ■ page 3

Quelques conseils pour un brossage efficace avec une brosse électrique

_____ ■ page 4

Informations

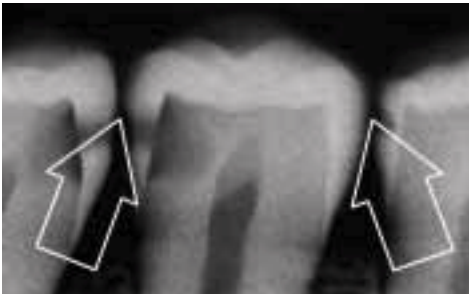
Narcose
Espaces interdentaires

Courrier des lecteurs
Savez-vous que? ...

LA RADIOLOGIE AU CABINET DENTAIRE

Les radiographies jouent un rôle important dans le diagnostic dentaire. Elles permettent de mettre en évidence précocement des caries cachées, ainsi que d'autres maladies des dents et de leurs tissus de soutien.

Lorsque, dans la bouche, un dépôt adhésif constitué de bactéries de la plaque se forme, l'acide que ces bactéries produisent agresse l'émail et le décalcifie. Il est particulièrement important, pour le médecin-dentiste, de reconnaître à temps, chez son patient, d'éventuelles lésions carieuses. On désigne souvent la carie sous le terme de «trou» dans une dent, ce qui n'est que partiellement exact. La carie est une maladie à progression lente. Lorsque l'acide produit par les bactéries de la plaque attaque de façon répétée l'émail et le déminéralise, il arrive qu'un jour celui-ci cède et qu'un «trou» se forme. Une carie débutante, elle par contre, ne se manifeste que sous la forme d'une petite «tache crayeuse» ou d'une rayure blanche telle que vous pouvez l'observer sur l'illustration:



A ce stade précoce, il est encore possible d'arrêter la progression d'une carie au moyen de fluor, voire de la guérir. Ce n'est évidemment possible que si elle est dépistée à temps. Il est parfois difficile de poser le diagnostic de carie, parce que cette affection est souvent cachée dans un espace entre deux dents. Il arrive aussi parfois qu'une carie se développe en-dessous d'une obturation ancienne et défectueuse.

Radiologie

Différents procédés techniques peuvent aider le médecin-dentiste à détecter des lésions dentaires et à poser un diagnostic exact. En règle générale, la denture du patient est examinée tant à l'œil nu qu'au moyen de radiographies dans le but de rechercher des caries. La

radiographie aide le médecin-dentiste à examiner les dents dans leur totalité, de la racine à la couronne. La radiographie permet également de mettre en évidence des altérations du tissu de soutien de la dent, des lésions osseuses telles que granulomes, kystes ou tumeurs. La radiographie permet donc un diagnostic bien avant que le problème n'apparaisse à l'œil nu.

Irradiation

Les organismes vivants ont de tout temps été exposés aux rayons X: que ce soit par les rayons en provenance de l'univers qui arrivent jusqu'à nous à travers l'atmosphère, par les roches contenant de l'uranium, telles que le granit ou le gneiss ou par le radon, un gaz noble provenant du sol. Les organismes sont par conséquent en mesure de faire face à une certaine dose de rayonnements. Les rayons X sont invisibles à

nos yeux. Ils peuvent traverser des tissus ce que les rayons lumineux ne peuvent pas faire. Ils impressionnent un film photographique, c'est ainsi que se fait une radiographie. Afin de n'exposer le patient à aucune irradiation inutile, il existe des prescriptions strictes pour l'utilisation des appareils radiologiques dans les cabinets dentaires. Les médecins-dentistes, membres de la SSO, se conforment scrupuleusement aux progrès techniques dans ce domaine. Ils connaissent les procédures techniques permettant de réduire à un minimum la dose de rayons. Lors d'un examen radiologique, le patient n'est exposé qu'à une très faible dose, qui ne peut lui nuire.

Radiologie digitale

Au cours des dernières années, grâce à une évolution technologique majeure, on a vu apparaître la radiologie digitale. Elle nécessite une dose de rayons de deux à vingt fois plus faible. La dose à laquelle le patient est exposé est donc réduite d'autant. En dépit d'une image quelque peu plus petite et d'une résolution plus faible, elle permet un diagnostic au moins aussi précis que les radiographies conventionnelles.

Trois conseils efficaces contre la mauvaise haleine

1. Brossage des dents:

se brosser les dents trois fois par jour avec une pâte dentifrice fluorée. Éliminer la plaque des espaces interdentaires avec un fil dentaire, des cure-dents ou des brossettes interdentaires (voir également l'article en page 4). Se faire contrôler, au moins une fois par année, ses dents par un médecin-dentiste.

2. Brossage de la langue:

se brosser une fois par jour la surface de la langue, de préférence le matin, en se servant d'un râcloir ad hoc (il peut être obtenu en pharmacie ou droguerie) ou avec une brosse à dents. Nettoyer en procédant de l'arrière vers l'avant.

3. Salive:

Boire beaucoup d'eau, au moins deux litres par jour, afin que la salive puisse être produite en quantité suffisante. Les gommes à mâcher ou les bonbons, qui ménagent les dents, peuvent aider. Observer la présence de ce logo:



QUELQUES CONSEILS POUR UN BROSSAGE EFFICACE AVEC UNE BROSSÉ ÉLECTRIQUE

1. Etendre la pâte dentifrice:

Utiliser une pâte dentifrice fluorée. Introduire la brosse dans la bouche avant de la mettre en marche afin d'éviter des projections de pâte dentifrice.



2. Faces externes:

Placer la brosse directement en contact avec les dents et la déplacer lentement le long des gencives. Maintenir la brosse en place quelques secondes sur chaque dent. Effectuer des mouvements rotatifs avec la tête de la brosse pour nettoyer la partie accessible des espaces interdentaires.



3. Faces internes:

Déplacer lentement la brosse sur la face interne des dents. Insister à la hauteur des incisives inférieures, c'est à cet endroit que le tartre se dépose très facilement.



4. Surfaces de mastication:

Nettoyer les surfaces de mastication lentement en restant plusieurs secondes sur chaque dent.



5. Molaires:

Ne pas oublier la face postérieure des dernières molaires. C'est précisément avec les petites têtes rondes de la plupart des brosses électriques qu'elles peuvent être atteintes facilement.



6. Espaces interdentaires:

Les brosses à dents électriques ne les nettoient pas correctement. Une fois par jour enlever la plaque avec un fil dentaire, des cure-dents ou des brossettes interdentaires. Le médecin-dentiste ou l'hygiéniste dentaire démontreront volontiers la façon de procéder. Lire également notre article à ce sujet en page 4.



7. Durée du brossage:

L'utilisation de la brosse électrique ne fait pas gagner de temps. Il faut consacrer trois minutes à cette opération.



8. Changer la brosse:

Il faut changer la tête d'une brosse électrique tous les trois ou quatre mois.



Les illustrations ont été aimablement mises à disposition par la maison Oral-B

Savez-vous que? ...

... les petits enfants, jusqu'à l'âge de six ans, ne sont pas encore capables de se brosser efficacement les dents sans l'aide de leurs parents? Ce n'est qu'après six ans que la motricité fine est assez développée pour permettre une élimination complète de la plaque sur toutes les dents. Il faut donc aider l'enfant lors du brossage de ses dents.

Informations

Narcose

En 1839, un chirurgien français affirmait: «C'est un rêve utopique que de vouloir supprimer la douleur lors d'une opération.» Il se trompait lourdement, il ne fallut attendre que sept ans pour que le médecin-dentiste William Thomas Green Morton présente à un public médusé une nouvelle technique. Il procéda à la narcose d'un patient au moyen d'éther. On connaissait déjà sa propriété analgésique mais personne n'avait imaginé l'utiliser en cas d'intervention chirurgicale. La tentative de Morton fut couronnée de succès, un médecin, qui assistait à la démonstration, reconnut la signification révolutionnaire de l'événement. Dès cet instant, les chirurgiens, grâce à la narcose, eurent une plus grande liberté d'action. Alors qu'auparavant il fallait opérer aussi rapidement que possible, les chirurgiens purent dès lors traiter plus lentement et, par conséquent, plus soigneusement le patient endormi. Grâce à la narcose, les opérations au niveau du thorax et de l'abdomen purent être envisagées, alors qu'elles ne l'étaient pas auparavant.

Espaces interdentaires

Les espaces interdentaires représentent près de la moitié de la surface des dents, mais ils sont négligés par beaucoup de personnes. Les caries, de même que les maladies des gencives en sont la conséquence. Le fil dentaire (appelé également soie dentaire) permet le nettoyage soigneux des espaces interdentaires. Il importe peu que l'on se serve de fil ciré ou non ciré. Les débutants ont parfois plus de facilité s'ils se servent de fil ciré.

Savez-vous que? ...

... les bactéries responsables des caries sont transmises des parents au petit enfant? La contamination intervient par exemple lorsque la cuillère ou la tétine sont léchées par les parents.

Savez-vous que? ...

... l'on croyait précédemment que le mal de dents dépendait des cycles lunaires. On connaît nombre de rituels destinés à transférer le mal de dents à des arbres ou à certaines plantes. Ainsi, on recommandait de ronger une branche de sureau en cas de douleurs dentaires. La pratique consistant à porter une oreille de cochon dans sa poche de veste était fort répandue, en cas de violente douleur, on pouvait la porter à sa bouche et la mordre.



Dans tous les cas, on prélève du dérouleur un fil d'une longueur d'environ 50 cm, on l'enroule autour des médus des deux mains et on le maintient tendu avec les index ou les pouces. Par de légers mouvements de va et vient, on franchit le point de contact entre les dents en direction de la gencive. On nettoie ensuite les faces des deux dents en faisant des mouvements de haut en bas. On se sert d'une partie non encore utilisée du fil pour chacun des espaces. Pour le nettoyage de bridges ou de couronnes liées les uns aux autres, on peut se servir de fils spéciaux présentant une extrémité renforcée et pointue facilitant l'introduction dans l'espace interdentaire. Lorsqu'ils sont larges, on peut également se servir de brossettes interdentaires spéciales ou de cure-dents. Leur utilisation correcte devrait être démontrée par le médecin-dentiste. Il est recommandé de se faire conseiller au sujet de l'emploi d'un matériel adéquat. Les espaces interdentaires doivent être soigneusement nettoyés une fois par jour, de préférence le soir.

Courrier des lecteurs

«Il va de soi qu'il faut traiter les dents de lait, mais n'assistons-nous pas dans ce domaine à des exagérations, ces dents finissant toujours par tomber et étant remplacées par les dents permanentes?»

C. Mancini

Il ne faut pas oublier que les dents de lait servent déjà d'instrument de mastication pour la fragmentation de la nourriture. Elles participent également à la phonation. Du point de vue du médecin-dentiste, leur fonction de «garde place» est importante. Les dents de lait déterminent la position des futures dents de la dentition permanente et garantissent leur position dans l'alignement des dents. Si les dents de lait tombent trop vite ou même qu'elles doivent être arrachées à cause de leur mauvais état, le risque de malposition des deuxième dents est grand. En conclusion, l'hygiène dentaire commence dès l'apparition de la première dent.

«Conseillez-vous de conclure une assurance pour les soins dentaires?» J. Lüthi

Non, en règle générale ce type d'assurance n'est pas rentable. En effet, celui qui a des dents en mauvais état ne sera pas accepté. Celui qui prend soin de ses dents peut se dispenser de payer des primes. Dans ce cas également, il convient de rappeler que la plupart des maladies dentaires peuvent être évitées. La seule exception concerne les enfants, pour lesquels on peut envisager raisonnablement de conclure une «assurance pour soins orthodontiques». Le magazine allemandique «K-Tipp», dans son édition du 17.9.2003, a publié un comparatif des différentes offres pour ce type d'assurance.

«Comment le tartre se développe-t-il?»

C. Duboule

Ce sont plus de 500 types différents de microorganismes qui se développent dans notre bouche. Quelques minutes après le brossage, ils commencent déjà à coloniser l'émail et les espaces interdentaires. Si ces germes sont en contact avec du sucre, ils se multiplient très rapidement: c'est ainsi que se forme la plaque. Cette dernière se minéralise lentement grâce à l'apport des sels minéraux contenus dans la salive: la plaque se transforme ainsi en tartre. Sur la surface rugueuse de ce dernier, les bactéries peuvent se déposer encore plus facilement. Si la plaque n'est pas éliminée par le brossage, elle va menacer les dents et les gencives. Voilà pourquoi nous recommandons, en plus d'une hygiène buccale scrupuleuse, de procéder, au moins une fois par année, à l'élimination professionnelle du tartre par un médecin-dentiste ou une hygiéniste dentaire.