

CONSEILS

Les parents doivent s'occuper de l'hygiène buccale de leurs enfants!

Déjà avant que ne percent les premières dents de lait, les parents doivent commencer à nettoyer la bouche de leur enfant à l'aide d'un linge humide. Dès l'apparition des premières dents, c'est chaque jour qu'il faudra les brosser à fond, surtout le soir. Pour ce faire, les parents utiliseront dès le début un dentifrice fluoré pour enfants afin d'éliminer la plaque dentaire nuisible.

Dès leur deuxième anniversaire, les tout petits font leurs premières tentatives de brossage. L'important, c'est que les parents continuent à s'en occuper eux-mêmes. Pour le dire clairement: jusqu'à l'âge scolaire et jusqu'à l'âge de douze à treize ans si nécessaire, les parents doivent s'occuper du brossage des dents de leur enfant!

Bien des jeunes parvenus à l'âge de la puberté ne s'occupent pas de leur hygiène dentaire, et c'est bien dommage car, à cet âge, les dégâts interviennent sur les dents définitives!

Les enfants doivent apprendre entre leur troisième et leur sixième anniversaire à brosser les faces internes, externes et supérieures de leurs dents. Ce sont les faces externes et internes que les parents devraient surveiller en particulier.

Lorsque les enfants plus grands ne prennent pas suffisamment au sérieux le brossage des dents, il serait bon que les conseils éclairés d'un médecin-dentiste les fasse changer de comportement. Parlez-en à votre médecin-dentiste de famille!



Les parents doivent attentivement accompagner les premiers essais de brossage des dents de leurs tout petits.

> 3'551'000'000 À en croire l'Office fédéral de la statistique, ce sont trois mille cinq-cents-cinquante et un millions ou 3,551 milliards de francs que les Suisses ont investi dans le traitement et la préservation de leur dentition en 2007, ce qui représente en moyenne 450 francs par an et par habitant.

Les accidents dentaires: un os dur à croquer pour les juristes

Encore et toujours, des gens sont victimes d'accidents dentaires en mangeant parce qu'ils ont mordu sur «quelque chose de dur...» Et, encore et toujours, ces accidents dentaires font les beaux jours des tribunaux des assurances. En effet, chaque incident de ce genre n'est pas forcément un accident au sens de la loi sur les assurances.

L'article 4 de la loi fédérale sur la partie générale du droit des assurances sociales (LPGA) définit l'accident comme suit: «Est réputé accident toute atteinte dommageable, soudaine et involontaire, portée au corps humain par une cause extérieure extraordinaire qui compromet la santé physique, mentale ou psychique ou qui entraîne la mort.» Pour pouvoir déterminer si l'on est en présence d'un accident masticatoire, il faut savoir ce que l'on entend par «cause extérieure extraordinaire» et savoir ensuite comment peut être apportée la preuve de cette «cause extérieure extraordinaire».

Cause extérieure extraordinaire

traordinaire», il est déterminant de savoir si «cette cause s'écarte de la mesure normale des effets de l'environnement sur le corps humain» et, respectivement, «si la dent est entrée en contact avec un objet qui, dans le cours normal de la vie quotidienne, n'entre pas en contact avec une dent».

En autres termes, plus simples: «Lorsque l'on mange cet aliment, doit-on s'attendre à ce qu'il contienne le corps étranger en question?» Prenons l'exemple de la galette des Rois qui en est une bonne illustration: comme la traditionnelle fève en porcelaine fait partie intégrante de cette pâtisserie, sa présence n'a rien d'exceptionnel. Au sens de la définition légale, un dommage qui surviendrait en mordant la fève ne serait pas constitutif d'un accident survenu en mangeant.

Un remboursement seulement s'il y a preuve

Selon la loi, c'est à l'assuré qu'il incombe d'apporter la preuve qu'un corps étranger déterminé est la cause de l'accident dentaire. En pratique, ce n'est



Les assurances n'assument les frais de médecine dentaire dus à des accidents survenus en mangeant que s'il y a des preuves. Nombre de plaintes ont été rejetées, faute de pouvoir produire le corpus delicti!

pas facile, ainsi qu'en attestent deux décisions récentes du Tribunal fédéral:

• *Quelque chose de dur dans une escalope panée*

Après avoir subi un dommage dentaire, un assuré avait fait valoir «qu'il avait mordu sur quelque chose de dur en mangeant une escalope panée». Le Tribunal fédéral a rejeté la prise en charge des frais de la réparation de la dent par l'assurance, au motif que le corpus delicti n'avait jamais pu être produit par l'intéressé qui, par ailleurs, n'avait pas été en mesure de le décrire avec suffisamment de précision. La description «quelque chose de dur» ou «un corps étranger» serait en effet trop imprécise et la seule survenance d'un dommage ne permet pas de conclure à l'existence d'une «cause extérieure extraordinaire».

• *Quelque chose de dur dans un croissant aux noix*

Dans un autre cas, un assuré prétendait «qu'il avait mordu sur quelque chose de dur dans un croissant aux noix». Cependant, il ne pouvait pas présenter l'objet parce qu'il l'avait avalé. Le Tribunal fédéral a tranché en ce sens que la seule supposition que le dommage à la dentition aurait été causé par un

corps étranger n'était pas suffisante pour admettre que l'on était en présence d'une «cause extérieure extraordinaire».

Le Tribunal cantonal des assurances avait cependant constaté antérieurement que l'objet avait été avalé, de telle sorte que l'assuré ne pouvait pas savoir exactement par quoi il avait été blessé. De surcroît, le médecin-dentiste traitant avait mentionné que la cause de la fracture de racine était soit le fait d'avoir mordu un objet dur, soit d'avoir reçu un coup sur la dent. Il n'avait par ailleurs constaté aucun indice de lésion antérieure de la dent en cause. Le Tribunal fédéral a donc dans ce cas condamné l'assurance-maladie à prendre en charge les coûts du traitement de médecine dentaire.

Conclusion

Quiconque mord un jour sur quelque chose de dur dans une escalope panée ou dans un dessert aux fraises serait bien avisé de garder précieusement l'objet et de le soumettre à son médecin-dentiste traitant. C'est aux juges qu'il appartiendra de décider si l'assurance devra prendre en charge les coûts résultant du dommage...

Arrêter de fumer? Ça en vaut la peine!

On associe spontanément le tabac aux maladies des poumons, du cœur ou de la circulation sanguine. Mais le tabagisme a également des effets néfastes sur les dents et sur la cavité buccale.

Entre autres, le tabagisme est un facteur significatif de risque de maladies de la cavité buccale. La fumée du tabac entre en contact direct avec les tissus des cavités buccales et nasales. Elle augmente la quantité de substances cancérigènes dans la salive. La muqueuse qui tapisse la cavité buccale la protège de la nocivité de la fumée du tabac. La fumée du tabac, l'alcool, la chaleur et la pression peuvent endommager cette couche protectrice. Conséquence: un risque accru d'infections et de maladies.

Le tabagisme et la santé buccale

Les fumeurs sont sujets à de fréquentes modifications de la muqueuse buccale. En fonction du nombre de cigarettes fumées, le risque de cancer de la cavité buccale peut être jusqu'à six fois plus élevé que chez les non-fumeurs. Le tabagisme fait augmenter le risque de caries

et endommage le parodonte. Les inflammations des gencives sont plus fréquentes, le tartre plus important et les poches gingivales plus nombreuses et plus profondes chez les fumeurs que chez les non-fumeurs. L'ancrage des dents dans l'os de la mâchoire, altéré par le tabagisme, ne peut être intégralement restauré. Le traitement d'une parodontite dure généralement plus longtemps que pour un non-fumeur. Une prothèse fixe ou amovible se fixe moins bien à des dents qui ont été endommagées de la sorte.

Il vaut la peine d'arrêter de fumer

Certes, il peut être difficile d'arrêter de fumer, mais c'est probablement plus facile que vous ne le pensez! Les médecins-dentistes et les hygiénistes dentaires peuvent vous aider dans vos efforts en vue d'arrêter de fumer. Les conseillères et les conseillers professionnels de la ligne stop tabac de la Ligue suisse contre le cancer informent et assistent lors de plusieurs entretiens de conseil

Pour de plus amples informations:
www.dent.at-suisse.ch



Les fumeurs ont plus souvent des inflammations de la gencive, plus de tartre et des poches gingivales plus nombreuses et plus profondes que les non-fumeurs.

CONSEIL

Le sourire c'est contagieux, et c'est bon pour la santé!



Montrez donc vos belles dents et faites à vos semblables le don d'un sourire engageant!

Le sourire qui s'épanouit sur le visage en face de vous se transmet d'une personne à l'autre, comme un virus. Le sourire est contagieux. Il exerce une influence positive sur notre état de santé. Une étude récemment publiée montre que c'est bel et bien le cas.

Dans leur étude récemment publiée dans le British Medical Journal (BMJ), les deux chercheurs James Fowler de l'Université de San Diego et Nicholas Christakis de la Harvard Medical School dans l'État fédéral de Californie aux États-Unis ont étudié près de cinq mille personnes et leur réseau de relations en-

>> Suite à la page 4

Mauvaise haleine

La mauvaise haleine est un sujet récurrent souvent frappé d'un tabou. L'action «Santé buccale en Suisse 2010» montre que la mauvaise haleine peut être facilement éliminée. Des affiches, des brochures et une page Internet renseignent en détail sur les causes, la prévention et le traitement de l'halitose. Vous en saurez plus en consultant le site www.bouchesaine.ch.

Fastfood

Les aliments de la restauration rapide sont souvent riches en sucre (ketchup), et donc nuisibles pour les dents. Il est donc recommandé de consommer, après ces aliments, une salade ou une carotte et de boire de l'eau ou des boissons non sucrées (light). Votre santé buccale ne s'en portera que mieux si vous vous brossez les dents après le repas et si vous faites au moins un repas équilibré chaque jour.

Chewing-gum

Si vous n'avez pas la possibilité de vous brosser les dents après un repas, un chewing-gum vous permettra de vous débarrasser de la plupart des résidus alimentaires. Faites attention au logo du petit bonhomme souriant en forme de dent avec son parapluie: il garantit l'innocuité du chewing-gum qui l'arbore.

Bâtonnets dentaires, fils de soie dentaire, etc.

Ce sont les fils de soie dentaire, les brossettes interdentaires et les bâtonnets dentaires cunéiformes en bois spécial qui conviennent le mieux pour éliminer les restes d'aliments et la plaque des espaces interdentaires. Les chewing-gums nettoyants contribuent aussi à votre bonne hygiène buccodentaire, jusqu'à la prochaine occasion de se brosser les dents. Mais tous ces auxiliaires ne sauraient se substituer à un nettoyage à fond à l'aide d'une brosse à dents et de pâte dentifrice.

Pour en savoir plus sur ces sujets: <http://www.sso.ch>

tre 1983 et 2003. Il s'agissait d'étudier scientifiquement les relations entre le fait d'être heureux, d'une part, et l'environnement social, d'autre part. Dans leur recherche, les deux chercheurs ont découvert qu'il y avait des différences significatives entre les personnes étudiées: les gens heureux se situent plutôt au centre de leurs réseaux sociaux. Ils ont de préférence des contacts avec d'autres personnes heureuses. Dans le contexte personnel, les relations avec des gens heureux ont pour conséquence que les nouveaux contacts rassemblent automatiquement d'autres personnes heureuses.

Dans le cours de l'évolution, la manifestation de son bonheur personnel et d'émotions positives vis-à-vis de ses semblables, par exemple en arborant un sourire ou par une mimique équiva-

lente, a pour effet de nouer et de renforcer les contacts sociaux. En général, il semble que les émotions humaines jouent un rôle éminent dans les relations sociales. Selon l'étude de ces deux chercheurs, des facteurs concomitants sont la proximité physique de personnes heureuses au sein de leur réseau social ainsi que l'intensité de leur influence possible sur celui-ci. Il apparaît également que les personnes heureuses influencent positivement leur propre état physique et psychique: celui qui est heureux est aussi et généralement en meilleure santé, aussi bien physique que mentale.

Alors, manifestez plus souvent votre bonheur à vos semblables. Vous les aiderez ainsi à se sentir heureux, eux aussi: montrez vos belles dents et faites leur le cadeau d'un sourire engageant!

