

PROPHYLAXE

Quand la bouche est saine, tout le corps sourit!

Une carie par défaut d'hygiène dentaire n'a rien d'étonnant. Mais qui aurait l'idée de voir un rapport entre un manque d'hygiène buccale et une pneumonie, un accouchement avant terme ou un accident vasculaire cérébral? Pourtant, ce rapport existe: il est démontré que la santé buccale influence l'état général de santé et vice-versa.

En permettant à des bactéries de la cavité buccale de pénétrer dans la voie sanguine, les inflammations de la bouche peuvent avoir des répercussions sur l'ensemble de l'organisme. Les agents responsables des parodontites sont des bactéries vivant dans les dépôts qui se forment à la surface des dents, sur la langue, dans les espaces interdentaires ainsi que sur la bordure de la gencive.

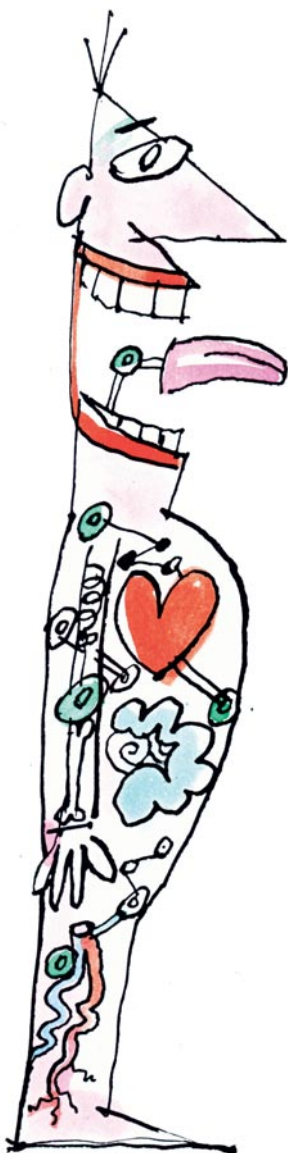
Diabète

Une parodontite (inflammation des tissus de soutien de la dent) a une influence sur l'évolution du diabète. Les diabétiques présentent une insulino-résistance, c'est-à-dire une réponse insuffisante à l'insuline, laquelle a pour fonction de réguler le taux de sucre présent dans le sang. Un diabète détecté trop tard ou non traité peut entraîner des maladies secondaires et des complications telles que des cas de cécité ou des infarctus du myocarde potentiellement mortels. Pour éviter d'en arriver là, les diabétiques sont obligés de réguler leur taux de sucre sanguin (glycémie)



>> Suite à la page 2

> 50 Plus de 50% de la population européenne souffre d'une maladie des gencives ou du parodonte. Pour juguler l'inflammation et guérir le tissu qui a été touché, le médecin-dentiste ou l'hygiéniste dentaire élimine le dépôt bactérien qui s'est formé à la surface des dents. Appelés à collaborer activement au traitement, patientes et patients doivent chaque jour se brosser soigneusement les dents et nettoyer avec soin les espaces interdentaires. Une bonne hygiène bucco-dentaire est la condition même du résultat.



par une alimentation appropriée, de l'exercice ainsi que des médicaments prescrits par un médecin. Or la parodontite complique cette régulation: en affaiblissant leur réponse à l'insuline, les foyers d'inflammation de la cavité buccale empêchent les cellules d'exercer une action suffisamment forte sur le niveau de sucre du sang.

Inversement, le diabète a une influence sur la santé des dents et des gencives. Parce que leur sang contient davantage de médiateurs de l'inflammation, les diabétiques sont plus sensibles aux infections bactériennes que les individus bien portants. Leur système immunitaire est souvent affaibli, ce qui permet aux bactéries de la cavité buccale de proliférer. D'où un risque de parodontite et de carie plus élevé chez eux que chez les personnes en bonne santé.

Risque d'accouchement prématuré

Des chercheurs ont constaté qu'une parodontite non traitée peut multiplier le risque d'accouchement avant terme. Deux explications leur semblent envisageables: soit une rupture prématurée de la poche des eaux, avec déclenchement subséquent des contractions, provoquée par des bactéries d'origine buccale, soit une inhibition du développement du fœtus due aux bactéries de la parodontite.

De plus, les femmes enceintes ont un risque plus élevé de gingivite (inflammation des gencives) et de parodontite. Les changements hormonaux liés à la grossesse rendent la gencive plus sensible et plus prompte à réagir à l'action qu'exercent sur elle les bactéries de la plaque dentaire.

Problèmes cardiovasculaires

Une parodontite non traitée augmente le risque de problèmes cardiovasculaires potentiellement mortels. Circulant dans la voie sanguine, des bactéries de la parodontite peuvent provoquer des rétrécissements de la lumière des vaisseaux se traduisant par des troubles de l'irrigation et des occlusions artérielles. Le sang s'agglutinant et coagulant plus vite, le risque d'infarctus du myocarde augmente. Une parodontite grave multiplie par deux ou trois le risque d'accident vasculaire cérébral. En cause également les médiateurs de l'inflammation présent dans la circulation.

Maladies respiratoires et inflammations des articulations

Une mauvaise hygiène bucco-dentaire augmente le risque de maladies des voies respiratoires. Inhalées dans la gorge et les poumons, les bactéries de la bouche peuvent devenir des foyers de pneumonie et de bronchite.

Il existe également un rapport entre les parodontites et les maladies rhumatismales. Semblables par leur évolution et se renforçant mutuellement, elles se caractérisent par des phénomènes inflammatoires provoquant une destruction insidieuse des cartilages et du tissu osseux. Une arthrite rhumatoïde peut par exemple aggraver l'inflammation du parodonte et renforcer la dégradation osseuse, tandis que l'enzyme produite par une bactérie spécifique de la parodontite active de son côté l'inflammation et la destruction des articulations.

Une bonne hygiène buccale est payante

Une bonne hygiène bucco-dentaire est non seulement un moyen de lutter contre la carie et de réaliser des économies, elle diminue également le risque de nombreuses maladies générales. Donc: bien se brosser les dents après chaque repas et nettoyer les espaces interdentaires quotidiennement, utiliser une pâte dentifrice fluorée et privilégier une alimentation pauvre en sucres et en acides.

En cas d'irritation des gencives, voir son médecin-dentiste!

Des gencives rougies, enflées, voire rétractées et saignant au brossage, des collets sensibles ou une mauvaise haleine sont des signes avant-coureurs de parodontite et une raison de consulter son médecin-dentiste SSO. Mais la meilleure solution est certainement de se rendre régulièrement en cabinet dentaire pour y faire contrôler dents et gencives. Les séances d'hygiéniste dentaire et les inspections par un médecin-dentiste sont les garants de notre santé buccale et de notre bon état général.

Plus d'infos sur www.bouchesaine.ch

Le rapport entre la santé buccale et l'état général de santé fournit son thème à l'action «Santé buccale en Suisse» de cette année. Cette action est menée tous les deux ans par la SSO, l'Association Swiss Dental Hygienists et elmex®. Rendez-vous sur www.bouchesaine.ch pour plus d'infos sur le sujet ainsi que sur le concours doté de magnifiques prix!





Une bonne hygiène bucco-dentaire permet d'éviter les dégâts dentaires. Le succès du système de soins dentaires actuel repose sur le sens des responsabilités de ses acteurs et sur la prévention. (Photo: iStockphoto.com)

ASSURANCE DENTAIRE

Assurance obligatoire pour les soins dentaires?

Des partis de gauche de plusieurs cantons romands font actuellement campagne pour une prise en charge des soins dentaires par une assurance-maladie obligatoire. Une démarche à laquelle la Société suisse des médecins-dentistes SSO s'oppose, estimant qu'elle mettrait en péril un modèle suisse qui a fait ses preuves et qu'elle reviendrait trop cher.

Caroline Bélat*, 32 ans, n'a encore eu qu'une seule carie de sa vie. Et cela n'est pas un effet du hasard: elle se brosse soigneusement les dents à l'aide d'une pâte dentifrice fluorée après chaque repas et ne se permet que rarement une boisson sucrée ou des sucreries. Chaque soir, avant de se coucher, elle se passe un fil dentaire entre les dents. Elle prend chaque année un rendez-vous chez une hygiéniste dentaire pour éliminer la plaque et voit tous les deux ans son médecin-dentiste pour un contrôle de sa santé buccale qui n'est la plupart du temps qu'une formalité. Tout cela représente pour elle une dépense d'environ 150 francs par année.

Beaucoup moins méticuleux qu'elle en matière d'hygiène buccale, son collègue de travail Théo* se contente d'un brossage superficiel, alors qu'un nettoyage en profondeur ne lui prendrait

pas beaucoup plus de temps. Aussi les contrôles qu'effectue sa médecin-dentiste s'achèvent-ils presque chaque fois par l'obturation d'une carie. Avec, à la clé, des frais plus élevés que pour Caroline.

Les dégâts dentaires sont évitables

Il n'est pas d'autre maladie pour laquelle la preuve scientifique d'un rapport avec le comportement soit aussi évidente: qui prend soin de sa bouche et de ses dents évite des dégâts dentaires, et c'est précisément la raison pour laquelle le traitement des dégâts dentaires évitables n'est pas couvert par l'assurance-maladie, mais basé sur la prophylaxie et la responsabilité de chacun. Les personnes qui, comme Caroline, pratiquent une hygiène dentaire rigoureuse en sont récompensées par une bonne santé buccale et des frais de dentiste peu élevés.

Bien que le système soit équitable, certains veulent en changer. Dans le canton de Vaud, la gauche de la gauche a lancé une initiative demandant que les soins dentaires soient pris en charge par une assurance obligatoire, financée par un prélèvement sur salaire de 1 pour cent, payé pour moitié chacun par l'employeur et le salarié. Caroline gagne 6500 francs par mois, ce qui signifie que son employeur et elle verseraient à eux deux, pour une assurance inutile, 65 francs par mois, soit 780 francs par an ou cinq fois plus que Caroline dépense normalement pour ses soins dentaires. Et elle serait contrainte de participer aux frais de traitement de Théo, moins soigneux qu'elle avec ses dents. Voilà ce qui attend la plupart des Vaudoises et des Vaudois – car les gens vivant en Suisse jouissent d'une bonne santé bucco-den-

>> Suite à la page 4

Nouvelles brèves

Une « empreinte digitale » appelée biofilm

Une étude américaine montre que la composition du dépôt bactérien (biofilm) qui se forme dans la bouche diffère d'individu en individu. Les individus issus des mêmes groupes sociaux présentent les mêmes genres de bactéries, ce qui permet de déterminer le groupe de population auquel ils appartiennent.

Recyclage

Comment se débarrasser des brosses à dents et des tubes de pâte dentifrice usagés? En les mettant de côté et en les envoyant par la poste à la société Terracycle, laquelle recycle et redonne vie aux petits objets en plastique tels que brosses à dents ou stylos bille: www.terracycle.ch.

Dentifrices blanchissantes

Les dentifrices censés rendre les dents plus blanches ne font pas de miracles: ils sont beaucoup moins efficaces qu'un bleaching professionnel ou une séance d'hygiéniste dentaire. Un usage quotidien de ces produits peut même abîmer les dents, car les substances abrasives qu'ils contiennent ont sur l'émail un effet « papier de verre ».

Bisphosphonates

Les bisphosphonates entrent souvent dans le traitement de l'ostéoporose ou du cancer. Les traitements ou opérations très invasifs (p. ex. une extraction dentaire) exposent les personnes qui en prennent à des complications graves, telles que des troubles de la cicatrisation ou une dégradation du maxillaire. Il est important que les personnes traitées par des bisphosphonates en informent leur médecin-dentiste.

Bien se brosser les dents

Vous ne savez pas si votre technique de brossage est vraiment au point? Posez vos questions à votre médecin-dentiste SSO ou à votre hygiéniste dentaire. Ils vous montreront sur place comment vous y prendre pour un résultat parfait.

Autres informations:
www.sso.ch

>> Suite de la page 3

taire et dépensent en moyenne 0,6% de leur salaire pour leurs soins dentaires.

Les soins dentaires ne sont pas un luxe

Les initiants affirment que les soins dentaires constituent en Suisse un luxe qui n'est pas à la portée de tous et qui oblige les citoyens aux revenus les plus modestes à renoncer à des soins qui seraient pourtant de première nécessité. En réalité, même les plus démunis, tels que les bénéficiaires de l'aide sociale ou les rentiers AVS, ont un accès garanti aux soins dentaires. Les assurances prennent d'ores et déjà en charge les affections dentaires consécutives à une maladie générale, à un accident ou à une infirmité congénitale, c'est-à-dire n'engageant pas la responsabilité du patient. Pour les personnes ayant vraiment besoin d'aide on peut trouver des solutions plus ciblées qu'une assurance obligatoire aux prestations généralisées – par exemple des programmes de prévention spécifiques aux « groupes à risque » ou des aides financières pré-

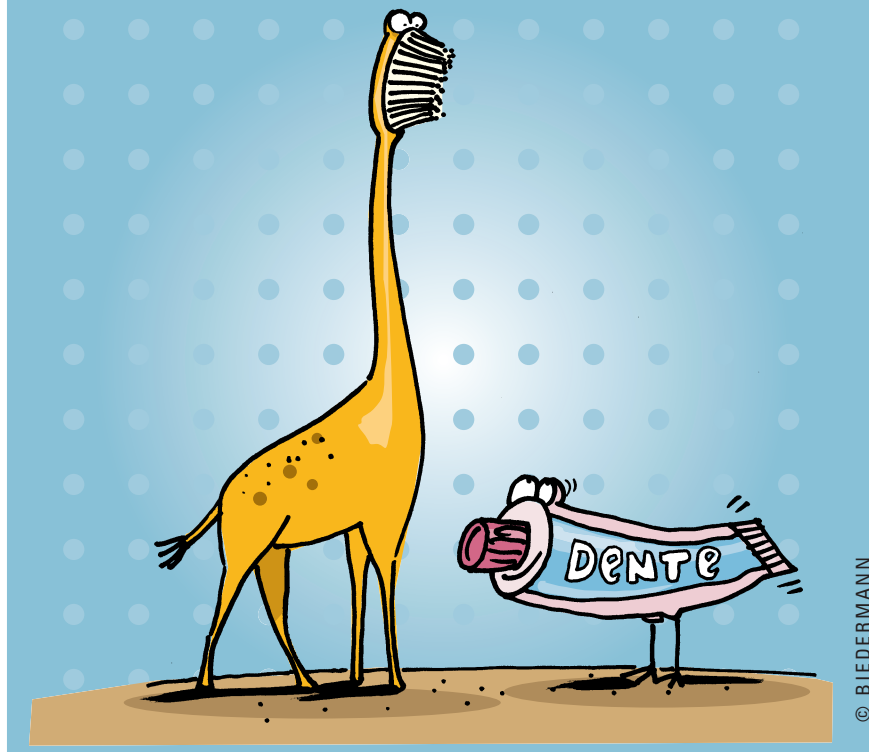
cises. Signifiant un surcroît de formalités et de charges ainsi qu'une incitation réduite à limiter le coût de la santé – à quoi bon se brosser les dents si les frais de traitement sont remboursés? – une assurance obligatoire ferait exploser celui des soins dentaires.

Le modèle suisse

Grâce aux efforts de responsabilisation et de prévention, la carie a diminué de 90% en cinquante ans chez les enfants scolarisés du pays – Suissesses et Suisses jouissent d'une santé dentaire pouvant être qualifiée de très bonne en comparaison internationale. La qualité de nos soins dentaires est remarquable: les traitements prodigués par nos médecins-dentistes SSO sont en adéquation optimale avec les besoins des patients – ce qui ne serait plus le cas si une assurance faisait les règles et dictait les plans de traitement. Le modèle suisse a fait ses preuves, n'ayons pas la légèreté de le mettre en péril!

*Noms modifiés par la rédaction.

CARTOON



Schweizerische Zahnärzte-Gesellschaft
Société suisse des médecins-dentistes
Società svizzera odontoiatri
Swiss Dental Association

SSO

Nos médecins-dentistes.

Colophon Commission centrale d'information, Olivier Marmy/Service de presse et d'information de la SSO, case postale, 3000 Berne 8 Rédaction Felix Adank, Rahel Brönnimann
Conception Atelier Richner, Berne Layout Claudia Bernet, Berne Impression Stämpfli Publikationen AG, Berne Photos iStockphoto Copyright SSO