

CONSEILS

Une couronne de Bangkok?

A la lecture de journaux ou d'illustrés, on peut tomber sur des publicités vantant des traitements dentaires à l'étranger. On y affirme: «Offrez-vous des couronnes en porcelaine à des prix hongrois!» ou encore «Une clinique dentaire suisse sur la côte de sable doré de Bulgarie». Quels sont les risques?



En cas de traitement dentaire à l'étranger, on doit se demander si l'on peut se faire comprendre.

Certaines entreprises organisatrices de voyages se sont spécialisées dans le tourisme médical – leurs destinations s'appellent Hongrie, Thaïlande, voire même Inde. Qu'est-ce qui peut bien motiver des habitants de pays industrialisés à aller se faire soigner dans des pays de l'ancien bloc de l'est ou des pays nouvellement industrialisés comme la Thaïlande? Le prix, plus avantageux, semble entrer en ligne de compte. C'est un fait qu'en Suisse presque tout est plus cher qu'ailleurs. Cela vaut aussi pour les factures des médecins-dentistes. Il n'y a pas de quoi s'étonner: les médecins-dentistes suisses payent les loyers de

leurs cabinets aux prix suisses. Dans leur travail, ils se servent de matériaux de valeur et par conséquent chers. Et, enfin, ils versent des salaires de niveau suisse aux membres de leur équipe de cabinet.

>> Suite à la page 2

10 000 000 Dans notre bouche environ 10 millions de bactéries sont présentes dans un millilitre (1 ml = 1 millième de litre = 0,001 litre) de salive. Seule une minorité d'entre elles sont considérées comme pathogènes. Jusqu'à nos jours, il a été possible de mettre en évidence plus de 500 différentes sortes de bactéries dans la cavité buccale humaine.

Questions sans réponse

Celui qui confie un traitement dentaire à un médecin-dentiste à l'étranger doit tenir compte de l'ensemble des frais que cela entraîne. Les frais de voyage, par exemple, peuvent se répéter en cas de complications. Le patient doit aussi tenir compte de ses pertes de revenu durant les périodes où il ne peut pas travailler parce qu'il est absent de Suisse. Enfin, est-il possible de se faire comprendre dans sa langue maternelle? Dispose-t-on de temps en suffisance devant une proposition de traitement pour demander un deuxième avis? En cas de complications, la prise en charge sera-t-elle assurée?

La qualité du traitement

Les traitements à l'étranger recèlent des risques. Le problème se situe moins au niveau des connaissances insuffisantes d'un médecin-dentiste étranger. La difficulté réside avant tout dans le fait que des traitements importants doivent être exécutés en peu de temps. C'est ce qui peut menacer la qualité du résultat du traitement à long terme. Une étude de l'université de Berne l'a démontré.

Des traitements à moindres frais en Suisse

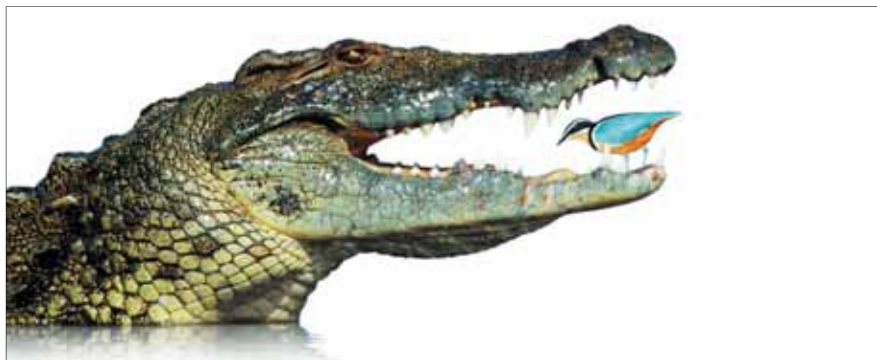
Dans le cas de la plupart des problèmes en médecine dentaire, il existe plus d'une variante de traitement. Il y a des solutions confortables, voire même luxueuses et d'autres plus modestes, qui coûteront moins cher. Les patients ne doivent pas craindre de parler de leurs moyens financiers limités à leur médecin-dentiste. Dans le cas d'un traitement dentaire de plus grande envergure, tout ne devra peut-être pas être entrepris au cours de la même année. Devant une telle situation, un bon médecin-dentiste va faire preuve de compréhension et s'efforcer de trouver une solution adaptée.



Chewing gum

Celui qui n'a pas la possibilité de se brosser les dents après un repas peut éliminer la plupart des restes alimentaires avec un chewing gum. Mâcher stimule la production de salive, qui va diluer l'acide présent dans la bouche. Veillez à la présence du sigle «sympadent» sur l'emballage et du logo du petit bonhomme abrité sous son parapluie.

Que signifie au juste SSO?



Les médecins-dentistes suisses comptent parmi les meilleurs du monde. Saviez-vous que plus de 90% des médecins-dentistes praticiens sont membres de la SSO? SSO correspond en quelque sorte à «Société Suisse des Médecins-dentistes»: c'est l'organisation des médecins-dentistes pratiquant en Suisse. Les membres de la SSO se soumettent à l'obligation de pratiquer la médecine dentaire à un haut niveau professionnel. Par des informations, des aides à la prévention, ils aident les patientes et les patients à maintenir leurs dents en bonne santé. Ils communiquent ainsi un important message: celui qui prévient des maladies de la sphère bucco-dentaire, évite des douleurs et des traitements coûteux!

La formation continue est une obligation

Les médecins-dentistes SSO s'engagent à maintenir leurs compétences professionnelles au niveau le plus récent des connaissances en s'astreignant à une formation continue régulière. Cette dernière comprend une formation continue annuelle d'un minimum de 80 heures. Nombreux sont ceux qui vont encore plus loin dans leur formation postgraduée. Chaque médecin-dentiste fixe ses propres objectifs: adressez-vous à lui et demandez-lui quels sont ses domaines spécialisés de prédilection. Apprenez à mieux connaître votre médecin-dentiste SSO.

HUMOUR



Saignements de gencives?

Les gencives en bonne santé ne saignent pas. Si vos gencives saignent lors du brossage des dents, c'est un signe d'inflammation. Si cette gingivite (indolore) est négligée, l'inflammation va s'étendre et conduire finalement à la perte dentaire.



AFFECTIONS DENTAIRES

Les dents de sagesse

En règle générale, les dents de sagesse font leur éruption autour de la vingtième année. Les dents de sagesse qui ont percé sans difficulté vont compléter notre denture adulte, elles méritent la même attention que toutes les autres dents. Il n'est cependant pas rare qu'elles soient cause de problèmes: la dent de sagesse peut par exemple ne pas avoir assez de place au niveau de la crête de la mâchoire, elle peut présenter une inclinaison défavorable ou rester incluse dans l'os mandibulaire. Dans de tels cas, le médecin-dentiste devra extraire la dent à problèmes.



Cette dent de sagesse doit être extraite.

PROPHYLAXIE

Joie de vivre et hygiène bucco-dentaire

En prenant soin régulièrement et soigneusement de ses dents, on évite bien des consultations chez le médecin-dentiste, ainsi que des douleurs et des dépenses inutiles. On gardera ses propres dents jusqu'à un âge avancé et jouira d'une vie sans problèmes de mastication.

Le problème principal du maintien d'une bonne hygiène bucco-dentaire est celui de la plaque, autrement dit du dépôt bactérien sur la surface dentaire. La plaque est formée en quelques heures par les bactéries se trouvant dans la bouche; on la voit à peine, elle adhère fortement aux dents. Associée aux bactéries, elle est responsable des caries et de la parodontite. L'hygiène bucco-dentaire consiste par conséquent à éliminer cette plaque, et pas uniquement les restes alimentaires. La brosse à dents, à elle seule, ne suffit pas. Au niveau des espaces interdentaires, tout particulièrement menacés, il faut se servir en plus de fil dentaire, de cure-dents et de brossettes interdentaires. Les dents doivent être brossées après chaque repas principal et après chaque repas intermédiaire sucré; il faut y accorder un soin tout particulier une fois par jour, de préférence le soir. Après la consommation d'aliments acides (salades, gâteaux aux fruits, fruits) ou de boissons sucrées (jus de fruits, boissons au cola), il faudrait attendre d'une à deux heures avant le brossage des dents, le temps



Celui qui veille à la santé de ses dents peut éviter des douleurs et économiser de l'argent.

qu'il faut à l'émail fragilisé par l'acide pour se renforcer à nouveau. Les surfaces dentaires extérieures et intérieures doivent être brossées jusqu'à la marge de la gencive, toujours en partant de la gencive et en allant en direction de la couronne – «du rouge vers le blanc». La

brosse à dents doit avoir une tête courte et étroite et être remplacée dès que les soies ne sont plus alignées régulièrement. Une bonne hygiène bucco-dentaire va vous permettre de jouir pleinement et durablement d'une denture en parfaite santé!

De tout un peu ...

Des collets dentaires sensibles

La cause la plus fréquente des collets dentaires sensibles est la rétraction des gencives résultant d'une technique de brossage pas adaptée. Lorsque les collets dentaires, constitués de dentine fragile, sont mis à nu, ils sont non seulement sensibles mais également plus exposés aux caries.

Sucer son pouce

Si votre enfant suce son pouce jusqu'à un âge avancé – par exemple jusqu'à cinq ans – il y a un risque que les incisives poussent vers l'avant et que la mâchoire ne s'adapte plus correctement. Des troubles du langage peuvent même en résulter.

Piercing

Les piercings ont la cote. Mais la présence de métal dans la bouche peut nuire à la langue, aux dents et aux gencives et, dans quelques rares cas, aller même jusqu'à la perte dentaire. Faites par conséquent régulièrement contrôler un piercing situé dans votre bouche. En cas de doute, le mieux est encore d'y renoncer.

Peur du dentiste?

Le bruit de la fraise et la pensée de la douleur que pourrait provoquer le traitement dentaire suscitent la crainte chez bien des patientes et des patients. De nos jours, les médecins-dentistes disposent pourtant de méthodes d'anesthésie efficaces. L'hypnose peut également apporter une aide en douceur.

Plus de renseignements sur les sujets évoqués: www.sso.ch



HYGIENE BUCCALE

Mauvaise haleine

La mauvaise haleine est désagréable. Elle l'est plus particulièrement pour ceux que nous côtoyons, nous ne sommes en effet pas en mesure de sentir notre propre mauvaise haleine. Quelle est l'origine de ce désagrément? Quelles sont les mesures efficaces pour s'en débarrasser?

Autour d'une personne répandant une mauvaise odeur, un malaise va apparaître. De plus, la mauvaise haleine gêne notre propre confort. L'haleine buccale est produite par des liaisons soufrées volatiles se mêlant à l'air expiratoire. Ces substances sont produites par des bactéries qui métabolisent des restes alimentaires et des tissus organiques morts. Entrent également en ligne de compte: la plaque, les affections du tissu de soutien de la dent (parodontite) ou les caries, les extractions dentaires, la consommation d'alcool et de tabac, ainsi que le jeûne. Certains aliments ou médicaments sont susceptibles de provoquer une mauvaise haleine – connue également sous le terme médical d'«halitose» ou de «foetor ex ore». La mauvaise haleine est généralement plus prononcée le matin que le soir, le flux de salive étant plus faible durant la nuit. Si les bactéries responsables sont régulièrement et soigneusement éliminées, la formation d'une mauvaise haleine est quasi impossible. Il suffit de brosser soigneusement matin et



Grâce à une bonne hygiène bucco-dentaire plus besoin de spray buccal ... L'acteur Adrien Brody lors de la remise des oscars.

soir les dents et la langue avec la brosse à dents et la pâte dentifrice, de nettoyer chaque jour les espaces interdentaires et de se rincer la bouche. Les solutions de rinçage modernes peuvent aider à lutter contre la mauvaise haleine. L'halitose peut cependant apparaître pour d'autres raisons, comme par exemple en cas de troubles de la digestion, de maladie des amygdales ou du pharynx. La mauvaise haleine pouvant être un signe d'une atteinte à la santé, il est important d'en prendre conscience. Demandez conseil à votre médecin-dentiste SSO.

Les dents de lait sont des gardiennes d'espaces

Plus les dents de lait resteront longtemps en bonne santé, plus les dents définitives qui prendront la suite auront belle apparence. Les dents de lait sont des gardiennes d'espace pour la denture future. Pour qu'elles restent en bonne santé, les caries ne doivent avoir dès le début aucune chance: les dents de lait cariées transmettent en effet leurs caries aux dents définitives. C'est la raison pour laquelle le brossage des dents avec une pâte dentifrice fluorée pour enfants est indiqué dès l'apparition de la première dent de lait. Ne donnez jamais de biberon à sucer à votre enfant, n'utilisez jamais de suppléments sucrés pour le biberon et les bouillies, ne trempez jamais les lolettes dans le miel ou le sucre. Pour éviter le risque de transmission de caries, évitez également de lécher les lolettes et les cuillères.