



Les extraits de plantes contenus dans certains bains de bouche peuvent avoir des effets bénéfiques sur les gencives.

CONSEILS

Se rincer la bouche au lieu de se brosser les dents ?

Quiconque croit pouvoir s'éviter le brossage des dents en recourant à un bain de bouche médicamenteux se trompe lourdement : il n'existe à ce jour aucune solution chimique capable de se substituer au nettoyage mécanique des dents.

Ce serait si facile si l'on pouvait se contenter de se rincer la bouche avec une solution spéciale, au lieu de se brosser les dents au moins deux fois par jour. Hélas, cette panacée n'existe pas encore ! Que cela nous plaise ou non, nous restons condamnés à nous nettoyer soigneusement les dents en utilisant fil dentaire, bâtonnets, brossettes interdentaires et, bien sûr, une brosse à dents manuelle ou électrique et une pâte dentifrice.

Les solutions fluorées sont utiles

Avec l'offre actuelle d'eaux dentaires et de bains de bouche, il faut faire la distinction entre deux groupes principaux : les eaux dentaires et les bains de bouche médicinaux. Les eaux dentaires ne servent qu'à rafraîchir la bouche et n'ont

aucun effet : ni thérapeutique, ni préventif. Toutefois, certains extraits de plantes qu'elles contiennent parfois peuvent avoir un effet positif sur les gencives. Pour les bains de bouche ou solutions médicinales, il faut faire la différence entre deux groupes de substances actives : les uns contiennent de faibles concentrations de fluorures, les autres de la chlorhexidine, antiseptique spécifique de la cavité buccale. Les bains de bouche contenant du fluorure servent à la prévention de la carie, car ils agissent sur l'émail et réduisent jusqu'à 50 % l'incidence de la carie. Comme les

>> Suite à la page 4



Les eaux dentaires et les bains de bouche ne sauraient se substituer au nettoyage des dents !

Dures, dures, les dents de souris !

Les dents de souris comptent parmi les dents les plus dures du monde. Elles atteignent l'indice 9,6 sur l'échelle de dureté de Mohs (voir page 1), tout juste en dessous du diamant !

Sucer son pouce

Si l'enfant suce trop longtemps son pouce, par exemple jusqu'à l'âge de cinq ans, ce comportement peut entraver le bon développement des mâchoires et des dents : les incisives poussent vers l'avant, la denture ne se ferme plus correctement. Des troubles de l'élocution peuvent même se manifester. Consultez votre médecin-dentiste si vous craignez que votre enfant ne suce trop longtemps son pouce.

Céramiques

La mise au point de nouvelles céramiques pour de nombreux usages ne cesse de progresser : les céramiques modernes silicatées sont utilisées de nos jours principalement pour les dents frontales et les prémolaires. Les oxydes céramiques, tel l'oxyde de zirconium, sont utilisés pour les prémolaires et les molaires. Le développement de céramiques hautes performances à l'oxyde de zirconium permet de réaliser, y compris pour la région latérale, des couronnes et des bridges entièrement constitués de ce matériau.

Accident dentaire

Une dent arrachée ne doit jamais être nettoyée. Placez-la dans un récipient propre avec du lait, ou bien gardez-la dans la bouche ou dans une pochette en plastique avec un peu de salive. Les pharmacies proposent pour les dents arrachées des boîtes spéciales, qui garantissent la survie de la dent ou de fragments de dent jusqu'à 48 heures. Prenez le plus tôt possible contact avec votre médecin-dentiste : il pourra remettre votre dent en place.

Autres informations :
www.sso.ch

dentifrices actuels contiennent normalement déjà des fluorures, le bain de bouche fluoré après le brossage des dents n'a guère de sens. Les solutions contenant de la chlorhexidine tuent les bactéries et peuvent s'avérer utiles en présence d'inflammations aiguës des gencives. Les deux groupes ont toutefois l'inconvénient qu'ils peuvent provoquer lors d'un usage prolongé des colorations et des troubles gustatifs. De toute façon, les produits de l'un ou l'autre de ces groupes ne peuvent en aucun

cas remplacer le nettoyage mécanique des dents. Moralité, nous n'avons d'autre choix que de continuer à nous nettoyer à fond les dents au moins deux fois par jour !



Moralité, nous n'avons d'autre choix que de continuer à nous nettoyer à fond les dents au moins deux fois par jour !

