



JUIN 2023



L'IMPORTANCE DE LA PRÉVENTION DENTAIRE

La dentisterie préventive est le moyen moderne de vous aider à garder une bouche saine. Elle joue un rôle majeur dans le maintien de votre santé en général. Les deux principales causes de perte de dents sont les caries dentaires et les maladies parodontales. Plus vous préviendrez ou traiterez ces deux problèmes, plus vous aurez de chances de conserver vos dents à vie. Dans certains cas, des problèmes dentaires peuvent apparaître malgré une bonne hygiène bucco-dentaire à domicile.

Alors que la dentisterie moderne peut résoudre un grand nombre de problèmes de santé bucco-dentaire, la dentisterie préventive s'attache à éviter les problèmes plutôt que d'attendre qu'ils se produisent et de chercher ensuite des moyens de les résoudre.

Le traitement préventif dans les soins dentaires est souligné par le type de problèmes qu'il permet d'éviter ou de minimiser le risque :

1. Carie dentaire
2. L'érosion de l'émail des dents
3. les maladies des gencives

Notre bouche est un lieu de respiration pour les bactéries nocives, de sorte que notre santé bucco-dentaire et notre bien-être général sont étroitement liés ; la prévention des problèmes dentaires contribuera à maintenir le reste de votre corps en bon état.

Quelques exemples de conditions médicales qui ont été liées à la maladie des gencives sont :

1. Maladies cardiaques
2. les infections pulmonaires
3. le diabète
4. Certains types de cancer
5. Certains troubles cérébraux

Des examens réguliers comprenant des nettoyages professionnels sont la pierre angulaire des soins dentaires préventifs.

Lors d'un examen dentaire régulier, votre dentiste recherchera les signes de carie dentaire ou d'érosion de l'émail, ainsi que les caries qu'ils peuvent provoquer.

Les trois éléments les plus importants à noter lors d'un examen dentaire sont les suivants:

1. Les zones molles de l'émail dentaire
2. Décoloration de l'émail
3. Accumulation de plaque dentaire (tartre)

Une évaluation dentaire minutieuse peut permettre de détecter :

1. Des espaces profonds entre les dents et les gencives, ce qui peut indiquer une maladie des gencives (parodontite)
2. Des signes de cancer de la bouche et de la gorge.

Les examens dentaires comprennent généralement un nettoyage professionnel des dents afin d'éliminer la plaque bactérienne et le tartre, qui peuvent s'accumuler même si

vous utilisez régulièrement du fil dentaire et une brosse à dents. Une fois que la plaque a durci et s'est transformée en tartre (calcul), seul un dentiste ou un hygiéniste dentaire peut l'enlever. La plupart du temps, le tartre peut être éliminé en une seule visite chez le dentiste.

Outre les contrôles et les nettoyages, les soins dentaires préventifs comprennent les scellants et les applications de fluorure. Un scellant couvre les fissures et les sillons de vos dents qui sont difficiles à nettoyer par le brossage. Ils facilitent également le brossage des dents et le rendent plus efficace.

Les applications de fluor peuvent protéger les dents contre les caries en renforçant l'émail (couche protectrice extérieure des dents). Le dentiste peut appliquer du fluor sous forme de gel, de vernis ou de mousse. L'Association dentaire américaine affirme que le fluorure peut réduire la carie dentaire de 20 à 40 % et inverser les premiers stades de la carie. Toutefois, au cours des deux dernières années, il a été scientifiquement prouvé que le fluorure est une neurotoxine puissante, et que son administration doit donc se faire avec une extrême prudence.

Entre deux visites chez le dentiste, il est important de suivre une routine de soins bucco-dentaires à la maison pour maintenir les dents et les gencives en bon état. Il faut:

1. se brosser les dents pendant deux minutes deux fois par jour, le matin et avant le coucher:
2. Se passer du fil dentaire deux fois par jour pour éliminer les particules de nourriture coincées entre les dents, là où la brosse à dents ne peut pas aller.

Il est également extrêmement important de limiter les boissons sucrées ou acides et de maintenir un régime alimentaire sain et respectueux des dents, comprenant beaucoup de fruits et de légumes. Les aliments riches en vitamine C, tels que les légumes verts à feuilles comme le brocoli et le chou frisé, peuvent prévenir l'inflammation des gencives. Si vous faites du sport, portez un protège-dents personnalisé et fabriqué par un professionnel pour amortir et protéger vos dents et vos gencives. Les protège-dents peuvent également prévenir les blessures au cou, les fractures de la mâchoire et les lésions cérébrales. En ce qui concerne nos beaux enfants, la dentisterie préventive est particulièrement importante pour eux. Des examens dentaires et des nettoyages professionnels dès l'âge de deux ans peuvent leur assurer une bonne santé dentaire tout au long de leur vie. Les dents de lait de votre enfant sont peut-être temporaires, mais elles jouent un rôle essentiel dans la réservation de l'espace nécessaire à l'émergence des dents définitives de l'adulte. Souvenez-vous, frères et sœurs, de Philippiens 4:14 : "Je puis tout par le Christ qui me fortifie".