

Carnet de suivi bucco-dentaire

*Les dents sont des organes vivants,
destinés à nous accompagner
tout au long de notre vie.*

*Présentez-le
à votre chirurgien-dentiste
à chaque visite
et conservez-le
soigneusement.*

Ce document a été réalisé par la Mutualité Fonction Publique
et la Confédération Nationale des Syndicats Dentaires.
www.mfp.fr www.cnsd.fr

MFP Services - Communication Externe - Décembre 2006



Confédération Nationale des Syndicats Dentaires



MUTUALITE FONCTION PUBLIQUE

Identification du patient

■ Nom :

■ Prénom :

■ Date de la première visite :

■ Date de début de grossesse :

La carie dentaire et les atteintes des gencives sont des maladies parfois très invalidantes. Outre la douleur et les dommages causés à l'aspect esthétique, elles peuvent être la cause ou la conséquence d'une dégradation de l'état de santé général.

Quoiqu'il en soit, elles provoquent à l'évidence une altération de la qualité de vie du patient qui en est atteint. Bien des désagréments peuvent être évités ou pour le moins minorés avec un suivi régulier chez un chirurgien-dentiste. C'est cette démarche de prévention que nous souhaitons mettre en œuvre, avec votre collaboration.

Votre carnet de suivi

- Les dents : leur rôle et leur environnement
- Hygiène bucco-dentaire et habitudes alimentaires
- Comment prévenir la carie dentaire

- Les risques bucco-dentaires liés à la grossesse
- La prévention pour votre enfant

- Gencive, plaque dentaire et tartre
- Les maladies parodontales
- Importance du suivi

Cachet du praticien

Les dents : leur rôle et leur environnement

■ Au nombre de 20 chez l'enfant ("dents de lait") et de 32 chez l'adulte (dents permanentes), nos dents sont une partie de notre *capital santé* : pour manger, parler ou sourire, il faut obligatoirement faire appel à elles.

Profondément enracinées dans l'os par l'intermédiaire d'un ligament, elles servent à fabriquer à partir des aliments le "bol alimentaire", première étape de la digestion : pouvoir mâcher correctement est donc primordial.

Elles participent aussi à la prononciation de bon nombre de sons : parler ne peut donc se faire correctement sans dents.

Le sourire tient une place essentielle dans notre rôle social et relationnel. Il exprime une bonne santé mentale et physique ; il est une part importante de notre capital "séduction".

■ Les dents sont constituées de 2 parties distinctes :

- l'une visible dans la bouche : la couronne,
- l'autre invisible située dans l'os et recouverte par la gencive : la racine.

La dent est formée de *plusieurs tissus* de duretés différentes. La *pulpe*, composée de vaisseaux sanguins et de nerfs est la partie vivante de la dent. Elle lui donne sa sensibilité et permet la communication avec le reste de l'organisme.

■ Outre leurs fonctions dans la déglutition, la phonation ou l'esthétique, les dents participent aussi à l'équilibre musculaire du corps, par l'intermédiaire de l'articulation des mâchoires (ATM). Il faut donc maintenir cet équilibre en remplaçant les dents absentes.



Hygiène bucco-dentaire et habitudes alimentaires

Le brossage

Un bon brossage est indispensable à une bonne santé dentaire ; il s'effectue :

- à l'aide d'une brosse à dent souple, à brins synthétiques et d'un dentifrice recommandé par votre chirurgien-dentiste (adapté à votre état bucco-dentaire),
- après chaque repas,
- à l'aide de la méthode de brossage indiquée par votre chirurgien-dentiste.

Votre praticien peut également vous recommander, le cas échéant :

un révélateur de plaque, des brossettes inter-dentaires, un hydropulseur etc...

L'hygiène alimentaire

Une hygiène alimentaire saine et équilibrée est l'un des facteurs de succès d'une bonne santé dentaire.

Les produits à risques

Les aliments susceptibles de provoquer des caries sont appelés "cariogènes", ce sont essentiellement les sucres,

mais aussi tous les aliments acides.

De même, la prise de certains médicaments peut entraîner une diminution de la sécrétion de salive, ceci favorise la formation de caries.

Les comportements à risques

Après chaque apport alimentaire, le taux d'acidité augmente dans la bouche, favorisant ainsi l'apparition de caries. Il faut donc éviter le "grignotage".

De même, certains dérèglements alimentaires (anorexie ou boulimie), ont des répercussions notables sur les dents.

Les patients "boulimiques" présentent de nombreuses lésions carieuses, assez caractéristiques, pouvant alerter le chirurgien-dentiste du trouble alimentaire existant.



Comment prévenir la carie dentaire

La carie dentaire

La carie dentaire est une maladie infectieuse transmissible provoquée par des bactéries présentes, qui transforment les sucres de notre alimentation en acides. Cette attaque acide détruit les tissus de la dent de façon irréversible.

Les premières atteintes de la carie sont indolores. A ce stade, seul votre chirurgien-dentiste est capable de les dépister. Le traitement est alors simple, rapide et la douleur inexistante, de part l'utilisation de l'anesthésie locale.

Sans traitement les bactéries arrivent jusqu'à la pulpe ; cette altération s'accompagne le plus souvent de vives douleurs. Si l'évolution infectieuse persiste, elle va ensuite s'attaquer aux tissus environnants de la dent : la formation de kystes peut alors se faire, avec ou sans symptômes douloureux. Enfin, les bactéries peuvent être transportées par le sang dans d'autres parties du corps et provoquer des maladies graves au niveau des sinus, mais aussi du cœur, des articulations, des reins etc...

Les moyens de prévention

Les moyens de prévention sont simples :

- le respect des règles d'hygiène bucco-dentaire et d'hygiène alimentaire décrits précédemment,
- un suivi régulier par un chirurgien-dentiste.



Les risques bucco-dentaires liés à la grossesse

Quels sont les risques ?

Chez une femme enceinte, des modifications hormonales se produisent, notamment au niveau du taux de progestérone. Les gencives peuvent devenir alors plus sensibles et une gingivite peut s'installer ; bien souvent elle peut durer pendant toute la grossesse.

La salive joue un rôle protecteur essentiel contre la carie dentaire car elle possède des propriétés antibactériennes et régule l'acidité buccale. La grossesse entraîne une baisse de production de salive : le risque de carie est donc augmenté.

Un brossage très rigoureux et un suivi par le chirurgien-dentiste qui proposera des traitements adaptés vous aideront à résoudre ces problèmes.

Quelles précautions faut-il prendre ?

Avoir une alimentation qui comporte des aliments variés et en quantité suffisante chaque jour, pour apporter à l'organisme les éléments nécessaires à son bon fonctionnement : glucides, protéines, lipides, vitamines, sels minéraux....

Consommer du calcium en quantité suffisante pour vous et le bébé, car il joue un rôle important dans la minéralisation des dents.



La prévention pour votre enfant

Le syndrome du biberon

Donner à l'enfant un biberon sucré, dès qu'il pleure est une habitude néfaste. En effet, de multiples absorptions de liquides sucrés dans la bouche tout au long de la journée, créent un terrain propice au développement de multiples caries, dont l'apparition à un âge très précoce peut conduire jusqu'à des extractions prématurées de dents de lait, avec toutes les conséquences qui en découlent.

Quand et comment peut-on brosser les dents d'un enfant ?

Aussitôt leur apparition sur l'arcade, il est possible de commencer le brossage des dents. Ce geste doit impérativement être effectué par les parents, dans les premiers temps.

Dès que possible l'enfant effectuera le brossage lui-même, sous le contrôle rigoureux des parents.

On veillera à l'utilisation d'une brosse à dent et d'un dentifrice adaptés à l'âge, et à ce que l'enfant n'avale pas le dentifrice.

Le jeune enfant et le cabinet dentaire

Lorsque les molaires de lait sont présentes (vers 3 ans), une visite chez le chirurgien-dentiste s'impose. Le praticien s'attachera surtout à habituer l'enfant à cette démarche, mais il effectuera aussi un examen, totalement indolore.

Il évoquera aussi avec les parents, les risques propres à chaque enfant, les moyens d'y remédier et indiquera les méthodes de brossage appropriées et une périodicité pour les futures visites.

La prise de fluor ?

Le fluor est un atout essentiel dans la prévention de la carie dentaire. Si besoin, son utilisation sous différentes formes sera indiquée par le chirurgien-dentiste, après une analyse du risque carieux de l'enfant et un bilan fluoré.

Les scellements de sillons

Simple et indolore, le scellement des sillons des dents définitives avec une résine, leur assure une protection efficace contre la carie. Un suivi rigoureux devra être réalisé par le chirurgien-dentiste, tous les 6 mois.

Gencive, plaque dentaire et tartre

La racine

La partie “invisible” des dents est appelée racine. Celle-ci est recouverte de cément, contrairement à la couronne, dont la partie externe est l'émail.

Les dents sont fortement implantées dans l'os alvéolaire au niveau de leurs racines, par l'intermédiaire d'un ligament : le desmodonte.

La gencive recouvre l'os alvéolaire. A l'état normal, elle ne présente ni gonflement, ni ulcération, et ne saigne pas lors du brossage.

Le desmodonte, l'os alvéolaire, la gencive ainsi que le cément constituent les tissus de soutien de la dent, encore appelés le parodonte.

La plaque dentaire

La plaque dentaire est un dépôt blanchâtre presque invisible, qui recouvre les dents, chaque fois que l'on mange. Formée de restes d'aliments mélangés avec la salive, elle comporte beaucoup de bactéries.

Ces bactéries secrètent des toxines ou des enzymes, qui vont être à l'origine des maladies parodontales.

Lorsque la plaque n'est pas éliminée par le brossage, elle peut se calcifier et devenir un dépôt dur, rugueux, très fortement adhérent aux dents : le **tartre**.

Celui-ci a un rôle irritant pour la gencive, qu'il repousse vers la racine de la dent, au fur et à mesure qu'il se dépose. Peu à peu vont ainsi apparaître les “poches parodontales”, décelables lors de l'examen clinique de la gencive.

Ainsi, par cette action mécanique et la présence des bactéries, le tartre est un facteur de risque important dans les maladies parodontales.



Les maladies parodontales

La gingivite

La gingivite est une inflammation de la gencive. Celle-ci devient rouge, gonflée, douloureuse et saigne au contact ; notamment lors du brossage. Des soins sont indispensables, pour obtenir un retour à une gencive saine. Les maladies parodontales détruisent les tissus de soutien de la dent, qui devient alors mobile et peut aller jusqu'à "tomber" spontanément.

Les parodontites

Les parodontites : l'inflammation de la gencive a progressivement atteint le ligament et l'os alvéolaire. On voit apparaître les racines, les dents deviennent mobiles, et "se déchaussent". Au stade ultime, l'os est détruit de façon quasiment irréversible. La perte des dents devient alors inéluctable.

Attention ! certaines maladies parodontales peuvent aussi évoluer sans saignements, ni douleurs. Seule une gêne au niveau d'une ou plusieurs dents sera le signal d'alerte. Sans traitement, la maladie s'aggrave inéluctablement.

Aujourd'hui des traitements existent aux différents stades de ces maladies ; la prévention reste le moyen le plus efficace.

L'importance du suivi

Lors de votre visite, le chirurgien-dentiste va effectuer un **dépistage précoce**, ainsi qu'une **évaluation des facteurs de risques**, qui vous sont propres.

Un bilan radiologique complémentaire lui permettra d'établir un diagnostic. Il effectuera alors si nécessaire un détartrage.

Enfin, il vous enseignera une méthode personnalisée pour un **contrôle rigoureux** de la plaque dentaire.

S'il estime que vous présentez des facteurs de risques, il vous informera des différentes étapes du traitement qu'il envisage, et de la périodicité des visites de contrôle.

Seule l'application stricte des consignes données par votre praticien et votre assiduité aux examens périodiques peuvent permettre un suivi régulier de votre état.



Les modalités pratiques

Examens de prévention

A l'issue de l'examen qui vous concerne, votre praticien vous remet le coupon correspondant qu'il convient d'adresser dûment complété à votre section locale. Vérifiez que le cachet de votre praticien y figure.

Ce coupon vous permet d'obtenir le remboursement total de la dépense engagée soit :

- pour l'examen prévention, 21 € + 5 €,
- pour l'examen prévention de la femme enceinte entre le 3^{ème} et le 6^{ème} mois de grossesse, 21 € + 5 €,
- pour l'examen de prévention de la maladie parodontale pour les 35-50 ans, 21 € + 10 €.

Pour les adhérents non gérés en Sécurité sociale par la section locale, ce coupon vous permet d'obtenir le remboursement :

- pour l'examen prévention, du ticket modérateur + 5 €,
- pour l'examen prévention de la femme enceinte entre le 3^{ème} et le 6^{ème} mois de grossesse, du ticket modérateur + 5 €,
- pour l'examen de prévention de la maladie parodontale pour les 35-50 ans, du ticket modérateur + 10 €.

Traitement préventif de la maladie parodontale pour les 35-50 ans

Dans le cas où, votre praticien décide de vous proposer un traitement préventif de la maladie parodontale, la prise en charge de votre mutuelle à hauteur de 200 € est conditionnée par la réception par votre praticien de l'accord adressé par la section locale (coupon forfait prévention de la maladie parodontale).

Votre praticien vous établit un devis vous informant des traitements envisagés pendant 6 mois. Vous n'aurez pas à faire l'avance de ce forfait.

Votre praticien à l'issue des 6 mois communique à votre section locale, la feuille de soins et le coupon correspondant dûment complété.



Confédération Nationale des Syndicats Dentaires



MUTUALITE FONCTION PUBLIQUE

Coupon examen annuel de prévention 2007

à retourner à la Section Locale.

Nom :

Prénom :

Date de naissance :

N° Sécurité Sociale (assuré) :

N° Sécurité Sociale (bénéficiaire) :

Date de l'acte :

Acquitté le :

Cachet du praticien



Confédération Nationale des Syndicats Dentaires



MUTUALITE FONCTION PUBLIQUE

Coupon examen de prévention 2007 femme enceinte (entre le 3ème et le 6ème mois de grossesse)

à retourner à la Section Locale.

Nom :

Prénom :

Date de naissance :

N° Sécurité Sociale (assuré) :

N° Sécurité Sociale (bénéficiaire) :

Date de l'acte :

Acquitté le :

Cachet du praticien