

MÉDECINE DENTAIRE ESTHÉTIQUE

Ne pas éclaircir ses dents sans conseil autorisé

Nombreux sont ceux qui rêvent d'arborer un sourire éblouissant. D'innombrables produits promettent un éclaircissement dentaire rapide et peu coûteux. Toutefois, avant de jeter votre dévolu sur l'un de ces produits et de l'appliquer sur vos dents aussitôt de retour chez vous, vous devriez consulter votre médecin-dentiste.

La dent humaine est de couleur ivoire par nature. Sa teinte change avec l'âge et en fonction du mode de vie. Ainsi, la teinte des dents est individuelle. Les produits d'éclaircissement dentaire vendus sur le marché ne viennent pas à bout de toutes les colorations. En procédant à un examen préalable soigneux, votre médecin-dentiste SSO pourra vous dire si vos dents se prêtent à un éclaircissement et, le cas échéant, vous conseiller la méthode de traitement qui vous conviendra le mieux. INFODENTS fait le tour des possibilités et des limites, mais aussi des risques de l'éclaircissement dentaire.

>> Suite à la page 2

> 37,2 La plus longue dent humaine jamais extraite mesure 37,2 mm. Cette dent « géante » extraite par un praticien à Offenbach am Main, en Allemagne, mesure un demi-millimètre de plus que la précédente détentrice du record mondial enregistré en Inde en 2017.





Lors de l'éclaircissement dentaire, le produit décolorant pénètre la couche superficielle de la dent et dégrade les pigments de couleur. La dent paraît ainsi plus blanche. Il y a plusieurs méthodes d'éclaircissement (voir ci-dessous) et le choix de l'une d'entre elles est fonction de la situation individuelle.

L'éclaircissement à domicile

Souvent appelé *home bleaching*, l'éclaircissement dentaire à domicile accompagné par un médecin-dentiste est la méthode qui donne les résultats les plus durables. Le praticien confectionne sur mesure une gouttière en matière synthétique. À la maison, le patient la remplit de produit éclaircissant et la porte une à deux heures par jour durant une période qui est déterminée par le degré de blancheur désiré. Cette méthode est sûre

L'éclaircissement à domicile au moyen d'une gouttière confectionnée sur mesure par le médecin-dentiste est sûr et ses effets durent longtemps.

et, hormis une sensibilité dentaire passagère accrue juste après chaque application du produit, elle n'a pratiquement pas d'effets secondaires connus.

L'éclaircissement au cabinet dentaire

Comme ses autres appellations *in office bleaching* et *power bleaching* fréquemment utilisées l'indiquent déjà, cette méthode consiste en l'application au cabinet dentaire d'un produit hautement dosé en agents éclaircissants que seul un médecin-dentiste est habilité à utiliser. Après élimination du tartre, les dents sont séchées, les gencives et muqueuses buccales sont soigneusement

protégées, puis le produit éclaircissant (sous forme de pâte ou de gel) est appliqué soigneusement sur les dents. L'effet de l'agent éclaircissant peut être augmenté à l'aide d'une lumière de forte intensité. L'éclaircissement au cabinet prend moins de temps que la méthode à domicile, mais son effet est souvent moins durable.

L'éclaircissement interne

Outre les deux méthodes ci-dessus, le médecin-dentiste a également la possibilité de procéder par éclaircissement interne, méthode aussi appelée *walking bleach technique*, ou *blanchiment interne*. C'est la technique courante utilisée pour éclaircir la teinte des dents ayant subi un traitement de racine. Le médecin-dentiste ouvre l'entrée du canal radiculaire, injecte une petite quantité d'agent éclaircissant à l'intérieur de la dent et referme l'accès au moyen d'une obturation provisoire. Le résultat est évalué au bout de trois à cinq jours. Le traitement est répété jusqu'à ce que la teinte souhaitée soit obtenue. Dès que l'objectif est atteint, le médecin-dentiste pose une obturation définitive pour refermer la dent.

Le médecin-dentiste met ses compétences à votre service

Indépendamment de la méthode utilisée, il est important que vous demandiez conseil à votre médecin-dentiste. Il procédera à un examen minutieux de vos dents avant le début du traitement. L'éclaircissement des dents présuppose des gencives saines et des dents intactes.

L'apparition de colorations des dents

La coloration des dents se produit soit en surface, soit dans la structure interne de la dent. La coloration en surface résulte de la consommation de certains produits alimentaires tels que le thé, le café ou le vin rouge, du tabagisme ou de la prise de certains médicaments. Les colorations internes ont plusieurs causes : l'âge, les accidents dentaires, les médicaments absorbés durant la période de formation de la dent ou un traitement du canal radiculaire peuvent conduire à un assombrissement des dents. Les dents grises ou jaunes sont la plupart du temps absolument saines. Il faut également savoir que, en raison de leur structure, les canines sont naturellement un peu plus sombres que les incisives. L'éclaircissement des dents est une mesure purement esthétique. En brossant vos dents deux fois par jour et en nettoyant vos espaces interdentaires une fois par jour, vous faites déjà beaucoup pour que votre sourire soit éblouissant.

La prudence est de mise avec les matériaux artificiels (obturations, couronnes et autres prothèses) qui ne peuvent être éclaircis. Les personnes souffrant d'affections orales telles que carie, gingivite ou parodontite doivent renoncer à un éclaircissement. Ces traitements sont également déconseillés aux femmes enceintes. Selon la technique utilisée, l'éclaircissement dentaire peut en outre entraîner des effets secondaires tels que l'hypersensibilité dentaire.

Produits éclaircissants en vente libre

L'éclaircissement dentaire au moyen de bandelettes, pâtes, vernis ou gels en vente libre dans les drogueries ou sur le Web est moins efficace qu'un éclaircissement accompagné par un médecin-dentiste. La législation limite en effet la concentration en agents éclaircissants de ces produits. De plus, en cas de mauvais dosage du produit ou de déplace-

ment de gouttières ou bandelettes mal ajustées, l'utilisateur risque des irritations de la gencive, voire une gingivite. Méfiez-vous des produits d'origine inconnue vendus sur le Web ou des offres particulièrement bon marché. La qualité des préparations en vente libre varie énormément d'un produit à l'autre. Les médecins-dentistes SSO déconseillent fortement les « techniques maison » telles que l'utilisation de poudre à lever (bicarbonate) ou de citron qui peuvent attaquer les dents. Adressez-vous à votre médecin-dentiste si la teinte de vos dents ne vous satisfait pas.



La prudence est de mise avec les produits éclaircissants en vente libre.



BON À SAVOIR

La bonne technique de brossage des dents

Les gens exercent souvent une pression trop forte lorsqu'ils se brossent les dents. Cela peut provoquer un retrait de la gencive, ce qui met les très délicats collets dentaires à nu. Ils sont alors particulièrement exposés aux caries et aux agressions extérieures telles que le chaud, le froid, le sucre ou l'acide.

Normalement, le collet de la dent est recouvert par la gencive qui le protège des influences extérieures. La partie émergente de la dent est protégée par l'émail qui constitue un manteau naturel. Mais la couche d'émail est très mince au niveau du collet. Et lorsque la gencive ne lui offre plus sa protection, les aliments sont alors si proches des nerfs dans la dent qu'ils peuvent provoquer des douleurs.

Une mauvaise technique de brossage des dents est bien souvent responsable de collets dentaires dénudés. Un brossage trop vigoureux met les gencives à mal. Mais une brosse à dents trop dure ou un dentifrice très abrasif peuvent aussi entraîner la rétraction de la gencive.

Vous brossez-vous les dents correctement? Vous vous posez la question? Votre médecin-dentiste SSO ou votre hygiéniste dentaire vous renseignera volontiers. Exercez-vous à appliquer la bonne technique directement au cabinet dentaire, sous la supervision de professionnels!

Il y a sucre et sucre !

Il y a plusieurs sortes de sucre. Le plus connu est le sucre cristallisé utilisé pour sucrer le thé ou le café. Mais les produits laitiers et les fruits contiennent aussi du sucre. Après avoir consommé des aliments ou des boissons qui contiennent du sucre naturel tels que le miel ou les jus de fruits, il faut aussi penser à se brosser les dents. Les seules douceurs inoffensives pour les dents sont celles qui sont estampillées du « bonhomme Quenotte » (label Sympadent).

Commencer le plus tôt possible

Durant la journée, les jeunes enfants peuvent se brosser les dents eux-mêmes, de manière ludique. Ils apprennent ainsi très tôt à prendre soin de leurs dents. La meilleure solution est que les parents montrent l'exemple : les enfants veulent ensuite « faire comme les grands ». Le soir toutefois, avant d'aller au lit, un brossage méticuleux par un adulte reste indispensable. Et lorsque le parent n'arrive pas à utiliser une brosse à dents normale, il a la possibilité d'utiliser une brosse à dents à enfiler sur le doigt, en caoutchouc ou en silicone. De telles brosses sont vendues en droguerie.

Quand faut-il changer de brosse à dents ?

Il faudrait changer de brosse à dents tous les deux à trois mois. Cette règle vaut aussi pour les têtes des brosses à dents électriques. Les poils usés ou tordus ne remplissent plus leur fonction et peuvent endommager la gencive. Par ailleurs, les germes s'accumulent dans les poils de la brosse. Il est donc conseillé de changer de brosse à dents après une grippe ou un refroidissement.

Autres informations :

www.sso.ch

Facebook :

www.facebook.com/ZahninfoMag

La mauvaise haleine, ce sujet tabou

Personne n'aime parler de la mauvaise haleine. Et pourtant, environ une personne sur quatre souffre au moins occasionnellement, mais parfois chroniquement de mauvaise haleine. Quelles sont les causes de l'halitose (nom scientifique de la mauvaise haleine) et que faire pour y remédier ?

La mauvaise haleine trouve neuf fois sur dix son origine dans la cavité buccale ou dans la gorge où des millions de bactéries dégradent des matières organiques (par exemple des résidus alimentaires). Ce processus peut générer une mauvaise haleine. Une hygiène bucco-dentaire quotidienne et soignée suffit alors à en venir à bout. Les cas d'halitose découlant d'affections ORL ou du tractus gastro-intestinal sont beaucoup plus rares.

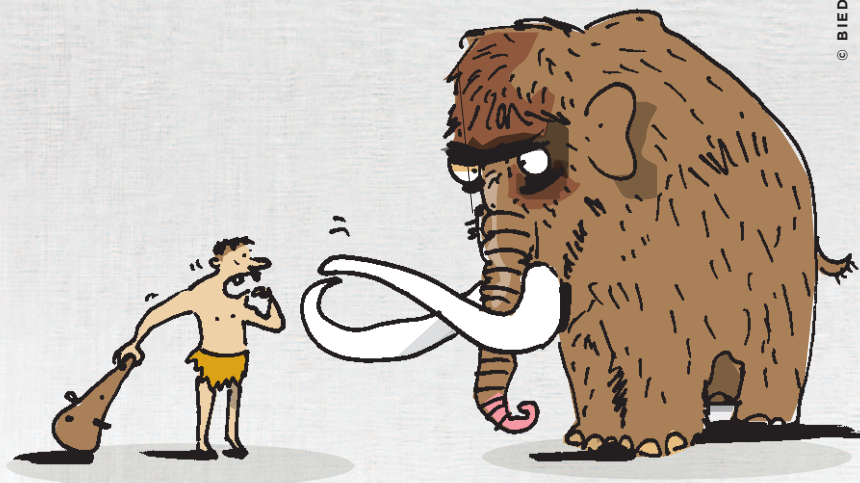
En plus de vous brosser les dents deux fois par jour, vous pouvez prendre les mesures ci-dessous pour prévenir la mauvaise haleine :

- Éliminer mécaniquement de la langue les bactéries responsables des mauvaises odeurs en utilisant la brosse à dents ou un gratte-langue
- Éliminer les dépôts entre les dents en utilisant du fil dentaire ou des brossettes interdentaires
- Rincer régulièrement les bactéries responsables des mauvaises odeurs qui séjournent dans la cavité buccale au moyen d'une solution dentaire testée cliniquement

Si vous pensez souffrir de mauvaise haleine, parlez-en avec votre médecin-dentiste ou les membres de son équipe. Ils vous conseilleront volontiers.

HUMOUR

Les dents sont à la fois un outil et un symbole de prestige, cela depuis la nuit des temps.



© BIEDERMANN