

Santé buccale en Suisse

Gaba, la Société suisse d'odonto-stomatologie SSO et Swiss Dental Hygienists lancent une campagne d'information concernant les soins dentaires chez les personnes âgées.

Selon un rapport publié en 2007 par l'Observatoire suisse de la santé sur la promotion et la prévention de la santé des personnes âgées, près d'un tiers des personnes de plus de 65 ans qui vivent encore chez elles n'effectuent plus de contrôle dentaire annuel. Ce pourcentage s'accroît encore avec l'âge. Ces chiffres sont alarmants d'autant qu'on sait depuis longtemps que la cavité buccale se modifie au fil des ans. Des changements dans les habitudes alimentaires, des maladies et les effets secondaires de médicaments peuvent provoquer des caries, des maladies de la muqueuse buccale, de la parodontose ainsi que des problèmes (sensibilité) de collets dentaires. Une prise de conscience de ces problèmes ainsi qu'une adaptation individuelle des mesures de prophylaxie peuvent contribuer à conserver de bonnes dents et de bonnes gencives jusqu'à un âge avancé. L'objectif de la campagne actuelle est donc d'expliquer les risques bucco-dentaires liés au vieillissement ainsi que de sensibiliser la population à l'hygiène dentaire des personnes handicapées ou âgées, qu'elles vivent dans des établissements médico-sociaux ou chez elles. La campagne doit aussi permettre aux personnes âgées de prendre conscience de l'importance de la prévention dentaire. Mais elle s'adresse aussi au personnel spécialisé, qui doit également réaliser l'importance de l'hygiène dentaire individuelle – car une bonne prévention dentaire et des soins adaptés exercent une influence positive sur le l'état de santé général de la personne.

Mesures adéquates pour seniors

«Des mesures de prévention ciblées peuvent permettre de conserver ou d'améliorer la santé des dents et des gencives», assure le Dr méd. dent. Markus Neuwirth, de Berne. Comme des problèmes différents peuvent apparaître au fil des ans, il est recommandé d'adapter les soins bucco-dentaires et les mesures de prophylaxie à l'âge de la

personne. Les enfants et les adolescents souffrent généralement de caries et de problèmes gingivaux. Les adultes présentent plus souvent des problèmes d'hypersensibilité des collets. Or, comme les adultes négligent souvent la prophylaxie à partir d'un certain âge, ils se retrouvent confrontés à des problèmes de gencives, de parodontose et de chutes de dents. A cela s'ajoute une diminution de la sécrétion salivaire, provoquée notamment par le diabète, des troubles rénaux, la prise de certains médicaments ou une mauvaise hygiène buccale. La sécheresse buccale peut être à l'origine d'inflammation des gencives, de caries et d'émanations malodorantes de la cavité buccale.

«Il est important de traiter chaque patient de manière individuelle», explique Markus Neuwirth. Et le personnel spécialisé devrait aussi comprendre que les capacités manuelles des seniors diminuent, ils ne peuvent donc plus se brosser les dents aussi soigneusement qu'il le faudrait. «Une brosse à dents électrique permet alors de procéder plus facilement», précise notre interlocuteur. Et pour le nettoyage superficiel, rien de tel que la douche buccale. «Au lieu de la soie dentaire, je recommande plutôt d'utiliser des cure-dents ou une brosse interdentaire», poursuit le dentiste. Ils sont plus faciles à manier et peuvent aussi s'utiliser après les en-cas.

Les prothèses buccales doivent aussi faire l'objet de soins adaptés. Les prothèses fixes se traitent en principe exactement comme les dents naturelles. En revanche, les prothèses amovibles nécessitent plus de soins: éliminer la plaque non seulement sur la face extérieure mais aussi sur la face intérieure qui entre en contact avec le tissu de la mâchoire inférieure ou supérieure. Cette opération est très importante car les restes alimentaires peuvent s'incruster sous la prothèse, qu'elle soit en matière synthétique ou en métal. Les restes alimentaires en décomposition peuvent non seulement provoquer

des odeurs désagréables, mais surtout déclencher des inflammations. «Une prothèse mal nettoyée, combinée à une surface gingivale rugueuse, peut facilement provoquer une inflammation de la muqueuse buccale, autrement dit une stomatite prothétique», explique Markus Neuwirth. Le dentiste recommande donc d'utiliser des brosses pour prothèses avec différentes têtes. «Elles permettent de nettoyer aussi à fond les côtés de la prothèse», précise le dentiste. Qui déconseille de se contenter de mettre la prothèse dans une solution nettoyante. «Les solutions sont certes très appréciées, parce qu'elles ont un goût agréable», constate le dentiste. Elles sont aussi pratiques pour désinfecter et désodoriser les prothèses. Mais se contenter de faire tremper la prothèse ne suffit pas et ne remplace en aucun cas le nettoyage manuel indispensable après chaque repas. A savoir qu'il ne faut pas utiliser du dentifrice pour nettoyer les prothèses. Explication: la plupart des dentifrices contiennent des éléments abrasifs qui détériorent la surface de la prothèse et la rendent poreuse. Utilisez de préférence un produit de vaisselle doux ou un savon de pH neutre et nettoyez la prothèse sous l'eau courante avec une brosse douce pour prothèse.

Les principaux conseils en bref:

En général:

Conseillez aux personnes âgées de remplacer la soie dentaire par des cure-dents ou des brosses interdentaires qui sont plus faciles à manier.

La douche buccale convient très bien pour un nettoyage superficiel.

Les brosses à dents électriques facilitent le nettoyage des dents.

Les gels et les solutions de rinçage à base de camomille et d'arbre à thé atténuent les irritations de la muqueuse buccale.

Recommandez les dentifrices contenant des fluorures à vos clients.

Il faudrait utiliser tous les jours une solution au fluor et appliquer une fois par semaine un gel contenant des fluorures.

En cas de sécheresse buccale, optez pour des bonbons ou des gommes à mâcher sans sucre.

La mastication stimule la production de la salive et favorise l'auto-nettoyage des dents. Une production salivaire suffisante est aussi nécessaire pour assurer une bonne adhérence des prothèses. Rappelez à vos clients qu'il est important de boire beaucoup pour favoriser les sécrétions salivaires.

Pour les porteurs de prothèse:

Les porteurs de prothèse devraient utiliser des brosses spéciales, très douces.

Il n'existe malheureusement pas de plante pour prévenir les lésions des muqueuses ou atténuer les points de pression. Rappelez donc à vos clients qu'il est important d'aller régulièrement chez le dentiste. En effet, la couche sous-jacente des prothèses totales devrait être renouvelée tous les deux ou trois ans et les dents de prothèse soumises à forte contribution remplacées si nécessaire. Le dentiste peut aussi poncer les surfaces rugueuses et atténuer les points de pression.

Les prothèses totales empêchent la salive d'atteindre toute la surface de la gencive, ce qui entrave l'auto-nettoyage du palais. Il est donc important de ne pas seulement nettoyer la prothèse mais aussi la gencive et le palais. Privé de stimulations régulières, le tissu se détériore et devient plus sensible aux inflammations. Un massage quotidien de la cavité buccale avec une brosse douce stimule la circulation sanguine et préserve la santé de ce tissu sensible.

Il faudrait désinfecter et désodoriser les prothèses deux ou trois fois par semaine. Pour ce faire, il existe deux solutions:

1. Déposer la prothèse dans un verre rempli d'une solution de chlorhexidine prête à l'emploi.

2. Dissoudre un comprimé effervescent de nettoyage dans un verre d'eau avant d'y déposer la prothèse. Veillez à recommander des comprimés nettoyants qui ne blanchissent ni ne colorent la prothèse. Veillez à ne pas recommander des produits qui blanchissent ou colorent la prothèse dentaire.

Christa Friedli / cs