

La plaque dentaire – la cause de tous les maux

Brochure d'information
de la Société suisse
des médecins-dentistes SSO

Schweizerische Zahnärzte-Gesellschaft
Société suisse des médecins-dentistes
Società svizzera odontoiatri
Swiss Dental Association

SSO





Des études scientifiques ont montré que la plaque dentaire est la principale cause non seulement de la carie, mais aussi des affections parodontales.

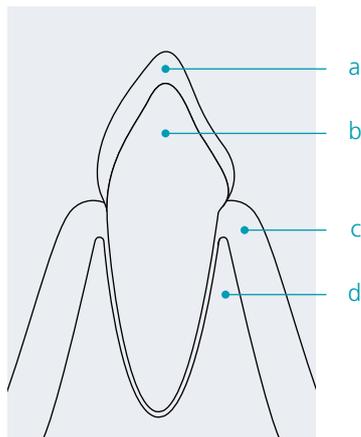
Formation de la plaque

Notre cavité buccale abrite en permanence des bactéries qui se nourrissent principalement du sucre que nous absorbons.

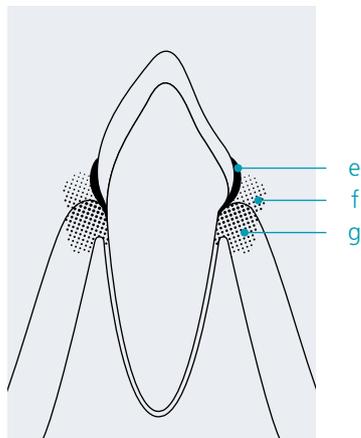
Ce sucre se trouve par exemple dans la confiture, les bonbons, les glaces, les bananes, le miel, les pâtisseries, le chocolat, les fruits secs, les dattes, ou encore les yaourts sucrés.

Les bactéries colonisent surtout les dents, où elles se multiplient rapidement pour former un film gluant : la plaque dentaire. Elles transforment les sucres en acides qui attaquent l'émail des dents et finissent par former des caries.

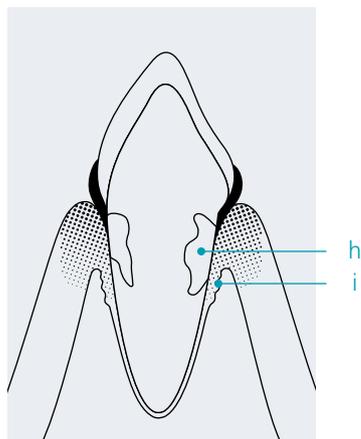
La plaque entre aussi en contact avec les gencives et les irrite. Les gencives rougissent, enflent et saignent lors du brossage des dents : c'est la gingivite. Le cas échéant, il est grand temps de consulter votre médecin-dentiste, car, si la gingivite n'est pas détectée et traitée à temps, l'inflammation va se propager à l'appareil de soutien des dents et le détruire progressivement. Les dents vont alors se mettre à bouger, la gencive va se rétracter et les dents vont s'abîmer : il s'agit alors de parodontite.



Une dent saine avec son émail (a) et la dentine (b), entourée d'une gencive ferme, ne présentant aucun signe d'inflammation (c). Cette dent est fermement ancrée dans l'os maxillaire (d).



Une hygiène bucco-dentaire insuffisante favorise le développement d'un film bactérien gluant, la plaque dentaire (e). Les toxines bactériennes irritent la gencive (f) et provoquent une gingivite (g). Lorsque la plaque se calcifie, elle se transforme en tartre.



La gingivite s'est installée et des poches profondes se sont formées entre la dent et la gencive. Le brossage des dents n'arrive pas jusque-là et du tartre commence à se former sous la gencive (h). L'os maxillaire est progressivement détruit (i), la dent devient mobile et finit par tomber.



Testez votre hygiène bucco-dentaire

Si vous vous brossez les dents après chaque repas et que vous avez renoncé aux en-cas sucrés, vous en faites déjà beaucoup pour vos dents. Mais est-ce suffisant ? Seul un test avec un colorant vous permettra d'en avoir le cœur net. Il s'agit de colorants inoffensifs, disponibles en pharmacie sous forme de pastilles ou de solution que vous appliquerez après vous être brossé les dents. Les résidus de plaque dentaire se colorent en bleu et indiquent où il faut encore faire un effort pour bien nettoyer vos dents. Vous risquez d'être surpris par le résultat, mais prenez-le comme une incitation à améliorer encore votre hygiène bucco-dentaire.



On pourrait penser que ces dents ont été bien nettoyées.



Le colorant montre toutefois qu'il y a encore des résidus de plaque importants.

Rédaction: Marco Tackenberg,
Service de presse et d'information
de la SSO

Photos: iStock

Maquette: Definitiv Design AG

Impression: Ediprim SA

www.sso.ch