



Attention: perte progressive des dents

«J'ai les gencives sensibles, c'est sans doute pour ça qu'elles sont enflammées et saignent lorsque je me brosse les dents.» Si vous ne faites pas examiner et traiter ces symptômes, vous courez le risque de perdre des dents même sans caries.

TEXTE: JÜRIG LENDEMANN

Plus tôt vous demandez l'aide d'un professionnel en cas de sensibilité et de saignement des gencives, plus vite l'inflammation des gencives appelée gingivite, peut être soignée. Lorsqu'elle est traitée par un dentiste ou parodontiste, une gingivite aiguë guérit en quelques jours. Si elle devient chronique et non soignée, l'inflammation peut se propager au parodonte (ensemble des tissus de soutien de la dent), le risque: perdre ses dents à long terme. Mais commençons par le début.

La plaque dentaire

La cause la plus fréquente de gingivite est une mauvaise hygiène bucco-dentaire. En effet, les bactéries présentes naturellement dans la bouche et la gorge peuvent se multiplier plus facilement et former une couche adhérente résistante sur les dents: la plaque dentaire. Si le film bactérien n'est pas éliminé, il se transforme en tartre. De là, les bactéries se propagent aux gencives et provoquent une inflammation. Les gencives deviennent rouges, enflées, sensibles à la pression, peuvent saigner et commencer à se détacher de la dent. La fermeté des gencives et la profondeur des poches parodontales sont vérifiées à l'aide d'une sonde.

D'autres facteurs favorisent la gingivite et une parodontite, comme:

- > Le tabagisme: il réduit le flux sanguin vers les gencives et endommage les tissus gingivaux.
- > Le diabète: une glycémie élevée peut favoriser l'irritation et affaiblir le système immunitaire.
- > Les hormones (grossesse, puberté, ménopause): elles peuvent rendre les gencives plus sensibles et modifier la composition du microbiome buccal.

«L'inflammation chronique des gencives (parodontite marginale) est la principale cause de perte de dents.»

Rapport «Santé dentaire et NCDs 2022 / 14200 4650» pour l'Office fédéral de la santé. 1.9.2022



Celui qui ne fait pas traiter professionnellement les inflammations des gencives risque de perdre des dents.

- > Une mauvaise alimentation: elle peut favoriser le diabète, affaiblir le système immunitaire et entraver la cicatrisation des gencives. Les aliments riches en sucre et acides peuvent également faciliter la formation de plaque et endommager l'émail dentaire.
- > Certains médicaments, les dents serrées (ou qui se chevauchent) ainsi que les irritations mécaniques causées par les obturations et les couronnes peuvent également favoriser une inflammation.

En route pour une meilleure hygiène dentaire

Une hygiène bucco-dentaire quotidienne minutieuse est la solution principale contre la gingivite. Il est recommandé de consulter son dentiste pour vérifier si tout va bien. Chez un praticien, la plaque dentaire et le tartre seront éliminés de manière professionnelle, même dans les endroits où la brosse à dents, la brosse interdentaire et le fil dentaire ne sont pas assez efficaces. En outre, vous recevrez des conseils pour un nettoyage buccal quotidien optimal. Cela comprend également l'utilisation d'un gratte-langue et d'un bain de bouche antibactérien.

En plus d'une hygiène bucco-dentaire personnelle rigoureuse, un contrôle dentaire régulier est essentiel pour prévenir la gingivite.



Selon le Swiss Dental Journal, 40 pour cent de la population suisse souffre de parodontose.

Stades de la parodontite

Les dents ne sont pas fermement attachées à l'os de la mâchoire, mais sont fixées de manière mobile par différentes structures. Le parodonte comprend les gencives, l'alvéole dentaire, le ligament parodontal et le ciment radiculaire. Si la gingivite n'est pas traitée, elle peut se propager à tout le parodonte: cela devient une parodontite (anciennement appelée parodontose). Cette maladie peut entraîner un déchaussement des gencives, des collets de dents exposés et sensibles, et une mauvaise haleine... et pour finir la détérioration de l'os de la mâchoire.

En plus des facteurs qui influencent également l'apparition de la gingivite, la prédisposition héréditaire et le stress sont des paramètres supplémentaires de la parodontite. Outre la parodontite chronique fréquente et évoluant lentement, il existe aussi une forme agressive rare observée chez les enfants et les adolescents.

Selon le Swiss Dental Journal, 40% de la population suisse souffre de parodontite, les personnes les plus âgées étant plus touchées, comme l'illustre une enquête menée en Allemagne.

«On estime que près de 70 % de la perte de dents chez les adultes est due à la parodontite», souligne l'équipe du Dr Christoph A. Ramseier sur parodont.ch. Si elle n'est pas traitée, la maladie affecte tout l'organisme (voir encadré).

Les premiers stades de la parodontite sont traités comme la gingivite. Si la maladie a progressé, le dentiste nettoiera les zones enflammées sous anesthésie locale à l'aide d'instruments spéciaux et éliminera les tissus enflammés et excessifs. <

Maladies parodontales en Allemagne		
Tranche âge	Pourcentage parodontite modérée ou sévère	Nombre moyen de dents affectées
34-44 ans	52%	2,7
65-74 ans	65%	3,1
75-100 ans	90%	7,4

Source: Parodontologie. 2016;27(4):403-12



Pas seulement un problème dentaire

Si elle n'est pas soignée, l'inflammation du parodonte peut avoir de graves conséquences, non seulement pour la santé bucco-dentaire, mais pour tout le corps. En effet, les substances inflammatoires et les agents pathogènes pénètrent dans tout le corps par le biais de la circulation sanguine. Cela augmente le risque de crise cardiaque ou d'accident vasculaire cérébral. D'autres conséquences sont possibles: une réduction du poids à la naissance et des naissances prématurées. Des recherches scientifiques ont également montré que la parodontite non traitée peut être un indicateur de risque pour le développement de maladies cardiovasculaires et respiratoires, de diabète et du syndrome métabolique.

Sources: bzaek.de, swissdentaljournal.org, diabetesde.org, gk.de