

Une bonne hygiène dentaire dès le plus jeune âge



Les caries dentaires et les maladies des gencives sont les deux problèmes bucco-dentaires les plus fréquents chez l'enfant. Depuis l'instauration du régime d'assurance-maladie du Québec, la santé buccale des jeunes Québécois s'est nettement améliorée, mais le taux de carie dentaire au Québec reste encore plus élevé que presque partout ailleurs au Canada.

Les caries et les maladies des gencives peuvent laisser des séquelles pour la vie à l'enfant qui en souffre. Ces problèmes sont souvent difficiles à diagnostiquer, tout particulièrement chez les très jeunes enfants qui ne peuvent exprimer leurs malaises. C'est pourquoi les spécialistes en médecine dentaire de l'Hôpital de Montréal pour enfants du Centre universitaire de santé McGill incitent les parents à examiner les dents de leurs enfants pour éviter ces problèmes ou les faire traiter.

Qu'est-ce qui cause la carie dentaire?

La **carie du biberon**, aussi appelée carie de la petite enfance, touche le très jeune enfant à qui l'on donne souvent un biberon de lait, de jus ou de boisson gazeuse au moment du coucher ou pendant la journée. Elle touche aussi le nourrisson qui est constamment allaité ou qui utilise une sucette trempée dans une substance sucrée.



Selon le D^{re} Stéphane Schwartz, dentiste pédiatrique à l'Hôpital de Montréal pour enfants, « les caries peuvent apparaître dès l'âge de huit mois. Elles attaquent d'abord les incisives supérieures et se propagent ensuite aux molaires. Les incisives inférieures sont en général épargnées, parce qu'elles sont protégées par la langue et la salive. Au coucher ou au moment de la sieste, on recommande de ne laisser à l'enfant rien d'autre qu'un biberon d'eau ; et au

cours de la journée, les enfants ne devraient pas boire trop souvent autre chose que de l'eau. »

« Les **caries dentaires**, en général, peuvent attaquer les dents primaires (dents de lait) ou les dents permanentes qui ne sont pas lavées correctement et qui se recouvrent de **plaque dentaire**. » Le D^{re} Schwartz explique que la plaque est une pellicule transparente qui se dépose sur l'émail des dents et qui se peuple de bactéries. Au contact des débris de nourriture, ces bactéries sécrètent des acides qui décalcifient l'émail et déclenchent le processus de la carie dentaire.

À quel âge doit-on commencer à brosser les dents d'un enfant?

Dès l'apparition des premières incisives, il faut les nettoyer à l'aide d'une débarbouillette propre et humide. Lorsque plusieurs dents sont apparues, utilisez une petite brosse à dents à poils souples et très peu de dentifrice. Il faut aussi apprendre à l'enfant à se rincer la bouche de manière à ne pas avaler de dentifrice.



Le premier examen dentaire devrait avoir lieu à l'âge de un an. Même si toutes les dents primaires ne sont pas sorties, c'est le moment idéal pour vérifier si la dentition se développe normalement.

Qu'en est-il du fluor?

Selon le D^{re} Schwartz, le fluor est un agent qui contribue à la formation d'un émail plus résistant. Si vous habitez dans une région où l'eau ne contient pas de fluor*, vous devriez donner à l'enfant des suppléments de fluor en suivant les recommandations du dentiste. Le dentiste peut aussi appliquer un traitement fluoré directement sur les dents de l'enfant. Dans tous les cas, il est important de suivre rigoureusement les recommandations du dentiste.



* Renseignez-vous auprès de votre municipalité pour savoir si votre eau est fluorée.

Quelles sont les principales causes des problèmes de gencives?

La plaque dentaire est néfaste non seulement pour les dents, mais aussi pour les gencives. Les bactéries de la plaque agissent comme irritants chimiques, et les gencives non nettoyées deviennent rouges et saignent facilement. Il est possible de remédier à ce problème en enlevant régulièrement la plaque.

L'**infection virale herpétique** (herpès) se manifeste souvent chez les enfants de un à quatre ans, mais aussi plus tard. Les premiers symptômes se traduisent par l'apparition de rougeurs et d'enflures aux gencives (gingivite) ; votre enfant peut aussi faire de la fièvre.

De petites vésicules blanches apparaissent ensuite sur la langue, à l'intérieur des lèvres et sur les gencives. Elles sont douloureuses, et votre enfant peut alors refuser de manger. Il est parfois nécessaire d'enduire les lésions de produits calmants (prescrits par votre dentiste) pour permettre à votre enfant de boire et de manger. Comme l'infection est contagieuse, les autres membres de la famille devraient éviter d'utiliser le couvert et les ustensiles de votre enfant malade. L'infection herpétique guérit généralement en deux semaines. Parfois, le dentiste prescrit des antibiotiques afin d'éviter qu'un autre type d'infection (bactérienne) s'installe à son tour.

La **gingivite aiguë**, d'origine bactérienne, frappe les enfants plus âgés, en général les adolescents. La gingivite se manifeste par des saignements des gencives, de la douleur et une mauvaise haleine. Elle est causée par une hygiène bucco-dentaire déficiente et une alimentation mal équilibrée. Les antibiotiques peuvent contrôler la gingivite aiguë, mais seuls les nettoyages professionnels minutieux et l'amélioration de l'hygiène bucco-dentaire peuvent éliminer la récurrence des attaques.

Les **ulcères aphteux** sont de petits ulcères très douloureux qui apparaissent sur la muqueuse buccale. Certains enfants y sont plus sujets que d'autres. En présence de tels ulcères, il faut garder la bouche bien propre et éviter d'y placer des objets tels que des craies de cire ou des bâtonnets. Il convient aussi d'éviter les aliments acides, comme les agrumes et les tomates. Les ulcères aphteux guérissent généralement en deux semaines sans laisser de cicatrices.

D'autres problèmes bucco-dentaires peuvent survenir au cours du développement de l'enfant, notamment les malocclusions et les traumatismes dentaires.

« Les parents doivent inculquer aux enfants de bonnes mesures d'hygiène dentaire pour les aider à développer et conserver des dents et des gencives saines. Ce sont des habitudes qu'ils acquièrent pour la vie », conclut le D^{re} Schwartz.

L'Hôpital de Montréal pour enfants
The Montreal Children's Hospital



Centre universitaire de santé McGill
McGill University Health Centre

L'Hôpital de Montréal pour enfants
The Montreal Children's Hospital



Centre universitaire de santé McGill
McGill University Health Centre

LA FONDATION DE L'HÔPITAL
DE MONTRÉAL POUR ENFANTS



THE MONTREAL CHILDREN'S
HOSPITAL FOUNDATION

(514) 412-4400

2300, rue Tupper, Montréal (Québec)
H3H 1P3

www.hopitalpourenfants.com

Pour commander des exemplaires du présent feuillet d'information, veuillez appeler les Relations publiques et Communications de l'HME au (514) 412-4307.



Centre universitaire de santé McGill
McGill University Health Centre

IMPORTANT : S.V.P. LIRE

L'information fournie dans cette brochure sert à des fins éducatives. Celle-ci ne doit aucunement remplacer les conseils ou directives d'un médecin / professionnel de la santé, ou servir de substitut à des soins médicaux. Veuillez communiquer avec un médecin / professionnel de la santé si vous avez des questions concernant votre état de santé.