



santé

Pour rester en bonne santé

Prenez soin de vos dents !



Qu'un mauvais état dentaire puisse avoir des répercussions sur la santé est peu connu. Pourtant, ce n'est pas à sous-estimer ! Le Dr Corinne Lallam, de la Société française de parodontologie et implantologie orale, nous l'explique.

Aujourd'hui, seulement la moitié des Français vont au moins une fois par an chez le dentiste... Une fréquentation en baisse, selon l'Association dentaire française. Peut-être faites-vous partie de celles qui désertent ? Une visite au minimum annuelle est pourtant recommandée pour faire un détartrage. voire tous les six

mois ! Faute de quoi, des dégâts dentaires ou gingivaux ont le temps de s'installer. Et à terme, vous vous exposez aussi à d'autres conséquences.

En cas d'hygiène imparfaite et d'absence de soins, l'accumulation de plaque dentaire, puis de tartre, et la colonie de bactéries qui s'y nichent, peuvent provoquer des caries, mais également une gingivite. Si vous consultez à temps, cette

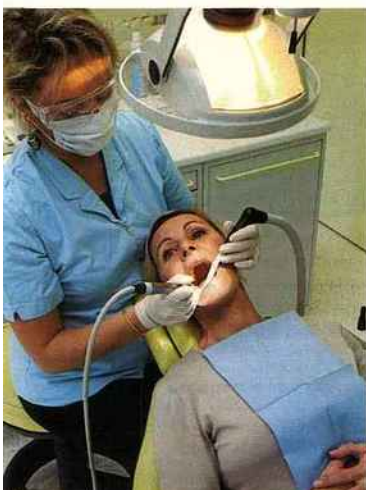


inflammation de la gencive se guérit alors sans souci : le dentiste fait un détartrage et vous conseille pour améliorer votre brosseage et utiliser du matériel adapté.

En revanche, si la gingivite n'est pas traitée, elle peut évoluer en parodontite. Un problème, dit aussi « déchaussement », qui se révèle alors bien plus ennuyeux ! Que se passe-t-il ? Vos gencives se décollent peu à peu des dents. Dans cet espace, des bactéries s'infiltrant et se multiplient en profondeur vers les racines dentaires. Et ce, sans douleur, vous ne

vous en apercevez pas ! À terme, l'os qui maintient vos dents risque d'être « détruit ». Cela peut alors conduire à leur perte ! Heureusement, avec des soins réalisés à temps, le mal peut être stabilisé.

Cette fameuse parodontite n'est pas rare : près de trois personnes sur dix âgées de 35 à 65 ans sont concernées par ce problème ! Or, ce foyer infectieux et inflammatoire chronique a une incidence sur la santé générale. D'où la nécessité de régulièrement prendre soin de vos dents en allant consulter votre dentiste.



Indispensable pour mieux protéger votre cœur

■ **L'encrassement des artères du cœur par des plaques de graisses est favorisé par divers facteurs** : l'alimentation, le tabac, le surpoids... Mais une parodontite non traitée joue également un rôle néfaste et ce, au même titre que le tabac, le cholestérol ou l'obésité ! Pourquoi ?

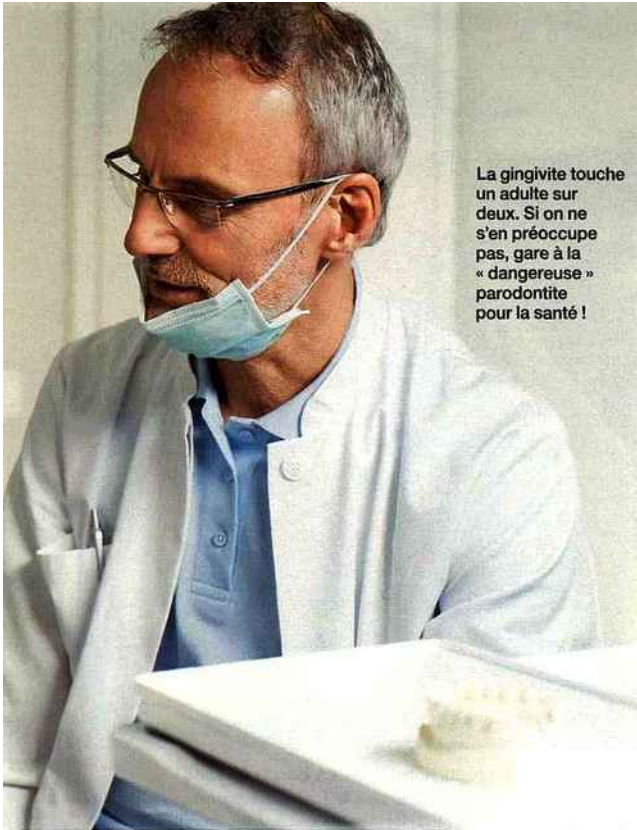
Des molécules inflammatoires passent dans le sang et elles entraînent une réaction qui contribue à épaissir vos artères : voilà qui facilite ou aggrave leur encrassement. De plus, à chaque fois que vous vous brossez les dents, cela libère des

bactéries qui partent également dans la circulation sanguine : ces bactéries vont se fixer sur la plaque d'athérome (ou de graisses), y survivre et favoriser sa rupture : c'est l'obstruction de l'artère et l'infarctus !

Des bactéries, en principe présentes que dans la bouche, ont bel et bien été retrouvées sur les artères. Et c'est démontré : avec une parodontite, votre danger de problème cardio-vasculaire est accru, même si vous n'avez pas d'autre facteur de risque ! À l'inverse, si votre parodontite est traitée, stabilisée, avec des tissus buccaux redevenus sains,

vous soignez vos dents et... également votre cœur ! Par les mêmes phénomènes, une parodontite expose à un risque accru d'accident vasculaire cérébral !

Elle a également un autre impact : à cause de l'inflammation chronique, vous avez plus de risque de souffrir d'un diabète. Et en cas de diabète déjà installé, la maladie buccale le rend alors bien plus difficile à équilibrer. Point noir supplémentaire : du fait de la mauvaise cicatrisation chez les diabétiques, les praticiens ont plus du mal à soigner la parodontite.



La gingivite touche un adulte sur deux. Si on ne s'en préoccupe pas, gare à la « dangereuse » parodontite pour la santé !

D'autres conséquences en cas de négligence

■ **Au niveau pulmonaire, une parodontite peut favoriser des pneumonies**, notamment avec l'âge. La bouche étant liée anatomiquement aux voies respiratoires, le réservoir de bactéries qui y siège peut coloniser les poumons, provoquant une infection parfois grave et difficile à soigner.

Par ailleurs, les spécialistes s'interrogent sur le lien entre parodontite et asthme, maladie inflammatoire aussi. Mais les données manquent. Chez les femmes enceintes, une inflammation des gencives – fréquente à cause des changements hormonaux – pourrait entraîner un essaimage de bactéries, une réaction inflammatoire et favoriser un accouchement prématuré. Ainsi, durant une grossesse, on n'oublie pas le dentiste !

Vos articulations aussi vont en profiter

■ **Vous êtes sans doute loin de penser qu'il puisse y avoir un lien entre l'état buccal et la polyarthrite rhumatoïde**, qui se déclare souvent chez des femmes assez jeunes. Or, une parodontite non traitée pourrait favoriser le déclenchement de cette maladie rhumatismale inflammatoire chronique chez ceux qui y sont prédisposés génétiquement. Et la maladie buccale est soupçonnée d'être un élément aggravant

sur son évolution. Les bactéries de la bouche vont essaïmer dans le sang, se loger avec prédilection sur les articulations malades. On les suspecte, en association avec des molécules inflammatoires libérées, d'aggraver l'inflammation articulaire, donc les douleurs, et la progression de la maladie. En tout cas, si vous souffrez de polyarthrite, le « dépistage parodontite » devrait être systématique ! Car c'est un constat : quand

la bouche est traitée, cela va bien mieux du côté des articulations !

D'autre part, attention si vous avez une prothèse articulaire de hanche, de genou : les bactéries dentaires ont tendance à se réfugier sur cette zone. Faites bien surveiller votre bouche : un problème peut entraîner une infection au niveau de la prothèse et obliger à son retrait et son changement ! En principe, avant toute pose, un bilan dentaire doit être fait.

Dans votre bouche, le dentiste peut détecter bien des maladies !

✓ Le dentiste peut y voir une kyrielle de maladies qui restent longtemps sans symptôme autrement, et permettre ainsi une prise en charge précoce.
✓ **Voici quelques exemples...** Le dentiste est souvent le premier à dépister un diabète au vu de gencives anormalement inflammatoires, d'un déchaussement malgré une hygiène correcte et peu de plaque dentaire, ou

encore d'une bouche sèche. Certaines anomalies de l'émail évoquent une maladie rénale, un tissu violacé autour des dents, une leucémie...
✓ **Il peut vous alerter sur une carence en fer** si votre gencive est anormalement blanche ou votre langue très rouge de façon persistante.



Un contrôle régulier s'impose.

Ou sur une carence en vitamines B9 et B12 (non anodine, risque d'atteinte douloureuse et irréversible des nerfs) face à une irritation durable de la muqueuse buccale, avec des lésions ressemblant à des aphtes.

✓ **Il peut également suspecter d'autres affections comme la syphilis**, le sida, la maladie de Crohn (maladie inflammatoire de l'intestin) et même des maladies rares ou auto-immunes. D'où l'intérêt, là encore, d'un contrôle régulier !

Par Annick Beauconsin