

**LES SOINS DE LA
BOUCHE À L'INTENTION
DES USAGERS ET DE
LEUR FAMILLE**



*Une bouche propre améliore
la santé et la qualité de vie*

Pour vous, pour la vie

L'hygiène buccale est source de confort et de propreté. Elle facilite la communication et surtout, elle évite les infections!

Saviez-vous que ?

Plusieurs espèces de bactéries vivent dans la bouche et qu'elles peuvent parfois prendre la circulation sanguine ou se diriger directement vers le cœur et les poumons. Ces bactéries sont associées à certains problèmes cardiaques et infections.

La principale infection est la pneumonie

Avec une bouche propre et en santé, vous diminuez les risques de maladies cardiaques et de pneumonies.

Que faire... pour avoir une bouche en santé ?

- Brossez les dents après chaque repas verticalement en partant des gencives vers les dents avec une brosse à dents régulière à poils souples et du dentifrice avec fluorure selon la condition de la bouche;
- Nettoyez la bouche même s'il n'y a plus de dents, car elle peut être porteuse de microbes;

- Brossez la langue avec une brosse à dents ou un appareil adapté, car elle recèle plusieurs microbes;
- Pour les personnes capables de le faire, il est recommandé d'utiliser la soie dentaire à moins d'avis contraire de votre médecin ou de votre dentiste;
- Employez un rince-bouche sans alcool (l'alcool assèche la bouche).

Si vous avez des prothèses dentaires

- Elles doivent être enlevées la nuit et recouvertes d'eau froide avec ou sans Polident;
- Ne pas laisser à l'air libre. Il y a risque de déformation de la prothèse;
- Nettoyez les prothèses avec du dentifrice. Ne pas oublier de brosser les gencives.

Si vous utilisez une pompe de cortisone ou prenez certains médicaments :

- Après chaque utilisation de la pompe ou la prise de médicaments, rincez la bouche avec de l'eau, gargarisez et recrachez;
- Gardez la bouche et les lèvres bien hydratées.

Recommandations spécifiques

Si vous avez la bouche sèche :

- Prenez des gorgées d'eau froide;
- Sucez un glaçon, un Popsicle (idéalement sans sucre);
- Mangez de l'ananas frais, des raisins glacés ;
- Mâchez de la gomme;
- Mangez des bonbons sans sucre.

Si d'autres problèmes se présentent comme des saignements persistants et/ou des plaies dans la bouche, diminuez la force du brossage et avisez votre infirmière ou votre médecin ou votre dentiste.

Recommandations faites par le dentiste – l’ergothérapeute – l’infirmière – le médecin – l’orthophoniste - le pharmacien et autres professionnels.

Références

Hôpital Maisonneuve-Rosemont, Centre d’excellence en soins infirmiers (2005). Rapport interne. Recension des écrits. Subvention FRÉSIQ, HMR.


Bolduc C. et Lepage M. (2005). Soins de la bouche : Dépliant pour les malades pulmonaires, HMR.

Remerciements

Nous désirons remercier tous les collaborateurs à ce projet.

Réalisation de la brochure

Olivette Soucy



Hôpital Maisonneuve-Rosemont

Adresse postale

5415, boul. de l'Assomption
Montréal QC H1T 2M4
Téléphone : (514) 252-3400
www.maisonneuve-rosemont.org

Tous droits réservés
©HMR, Centre d'excellence en soins infirmiers, 2006

CP-DSI-005