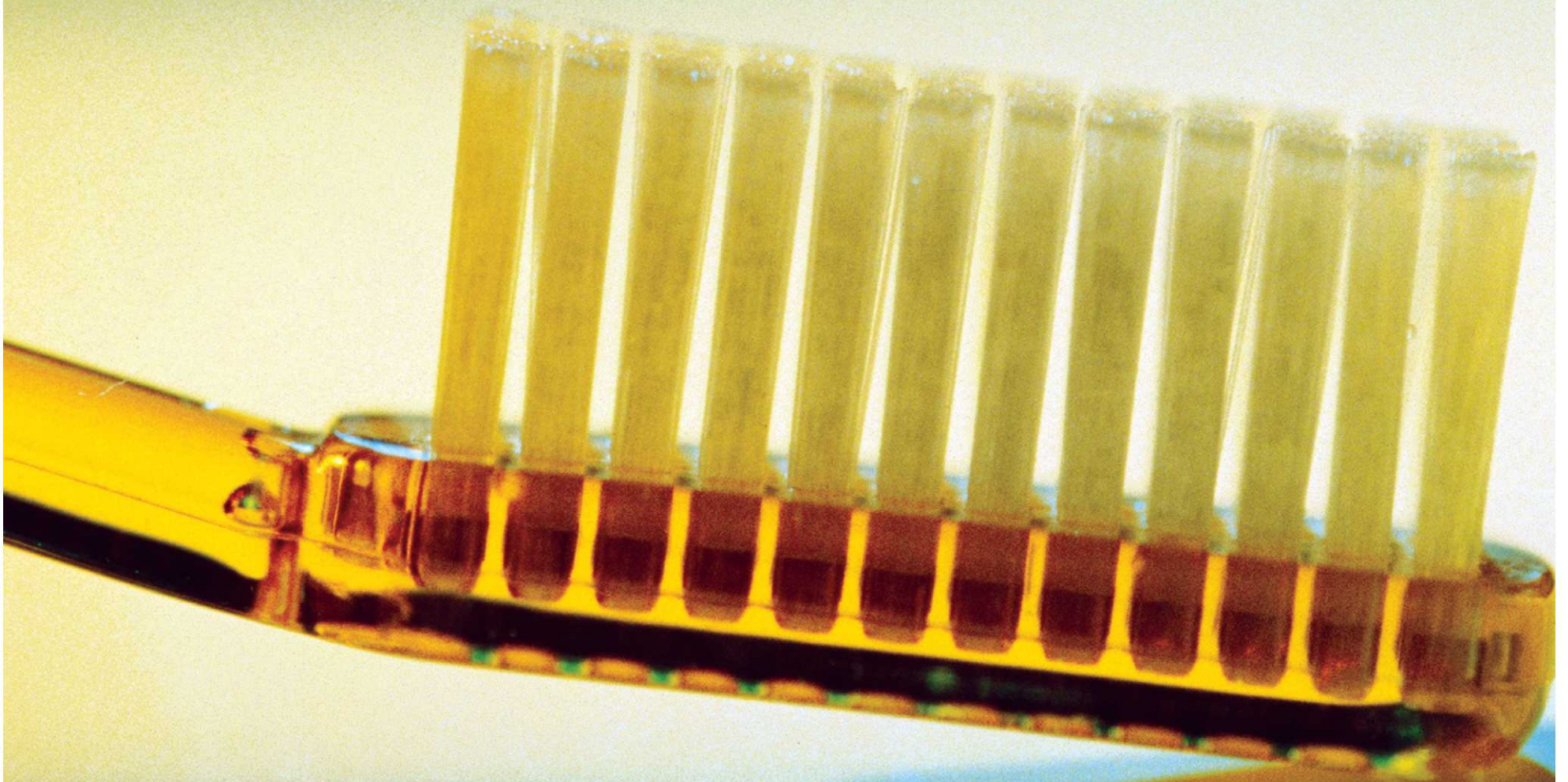




# Votre santé dentaire



[ Avril, mois de la santé dentaire ]



[Avril, mois de la santé dentaire]

## La santé buccodentaire : pour vivre en santé

Avril est le Mois national de la santé buccodentaire (MNSB) et l'Association dentaire canadienne (ADC) souligne l'événement cette année par une campagne d'éducation sur la santé buccodentaire qui se poursuivra tout le mois et qui sera axée sur l'importance des visites régulières chez le dentiste et d'une bonne hygiène buccodentaire.



Le thème de la campagne, *La santé buccodentaire — pour vivre en santé*, vise à faire ressortir l'importance de la santé buccodentaire pour la santé, en général.

Les recherches indiquent en effet qu'il pourrait y avoir un lien entre les maladies buccodentaires et d'autres problèmes de santé, notamment le diabète, les maladies cardiovasculaires et les accidents vasculaires cérébraux, ainsi que les naissances prématurées et l'insuffisance de poids à la naissance.

Et bien que les chercheurs commencent seulement à entrevoir la nature de ce lien, l'idée que bouche saine et vie saine vont main dans la main s'impose de plus en plus comme un fait. Aussi, durant tout le Mois national de la santé buccodentaire, l'ADC incite-t-elle la population à adopter des habitudes de vie saines dont font partie des soins buccodentaires réguliers.

### Quelques conseils

Voici quelques conseils de l'ADC en matière de soins buccodentaires que tous peuvent observer d'ici le prochain rendez-vous chez le dentiste.

Maintenir une bonne hygiène buccale. Brossez ses dents deux fois par jour et utiliser chaque jour la soie dentaire pour enlever la plaque et les bactéries qui causent les caries et les affections gingivales.

Adopter un régime alimentaire équilibré et éviter de consommer du sucre. Les aliments sains sont bons pour la santé buccodentaire et pour la santé en général. Les éléments nutritifs que fournissent une bonne alimentation aident à prévenir la formation de caries et d'affections gingivales.

Inspecter ses gencives régulièrement. Être à l'affût des signes précurseurs d'affection gingivale, comme des gencives rouges, enflées, luisantes ou sensibles, et en faire part à son dentiste.

Ne pas fumer. Le tabagisme est une cause importante de la perte de dents entraînée par les affections gingivales et peut être à l'origine de cancers de la bouche.

Afin d'en apprendre davantage sur la prévention des maladies buccodentaires, l'Association dentaire canadienne (ADC) vous incite vivement à consulter votre dentiste pendant le Mois national de la santé buccodentaire.

Pour de plus amples renseignements sur les avantages que procure la santé buccodentaire, voir le site Web de l'ADC à [www.cda-adc.ca](http://www.cda-adc.ca).

## Le cancer de la bouche : l'un des plus meurtriers



Le Dr Robert Salois, président de l'Ordre des dentistes du Québec (ODQ).

Même s'il figure parmi les cancers meurtriers et qu'il tue environ 300 Québécois par année, le cancer de la bouche demeure méconnu. En effet, dans un sondage réalisé l'an dernier par l'Ordre des dentistes du Québec (ODQ), plus de 20 % des répondants ont été incapables de nommer

une seule cause possible de cette maladie, et 36 % ont nommé des causes inexactes.

« Voilà qui confirme que les activités visant à informer la population sur cette maladie sont nécessaires », a déclaré le Dr Robert Salois, président de l'Ordre des dentistes du Québec (ODQ).

La consommation de tabac et d'alcool en quantité excessive sont les principaux facteurs de risque du cancer de la bouche. Chacun peut favoriser l'apparition de ce cancer, mais les deux ensemble ont un effet multiplicateur. « Un gros fumeur court 18 fois plus le risque de développer le cancer de la bouche qu'un non-fumeur, et s'il consomme aussi beaucoup d'alcool, ce risque grimpe à 80 », a expliqué le Dr Salois.

De plus, ce cancer touche deux à trois fois plus d'hommes que de femmes, et il frappe surtout les personnes âgées de plus de 45 ans. Parmi les autres facteurs de risque possibles, mentionnons une alimentation pauvre en fruits et en légumes et certains virus.

Le cancer de la bouche peut se développer à plusieurs endroits, entre autres, la langue, les lèvres, le palais, les glandes salivaires, les gencives et les amygdales, explique le Dr Salois. Ce type de cancer présente des caractéristiques qui peuvent être détectées lors d'un examen clinique de la bouche effectué par le dentiste lors d'une visite de routine.

Plus le cancer est découvert tôt, meilleures sont les chances de survie des patients. Cinq ans après un diagnostic de cancer de la bouche, 8 personnes sur 10 survivent si la maladie a été détectée dès le début, comparativement à seulement 2 personnes sur 10 si elle a été découverte à un stade avancé. Le dentiste peut faire une différence.

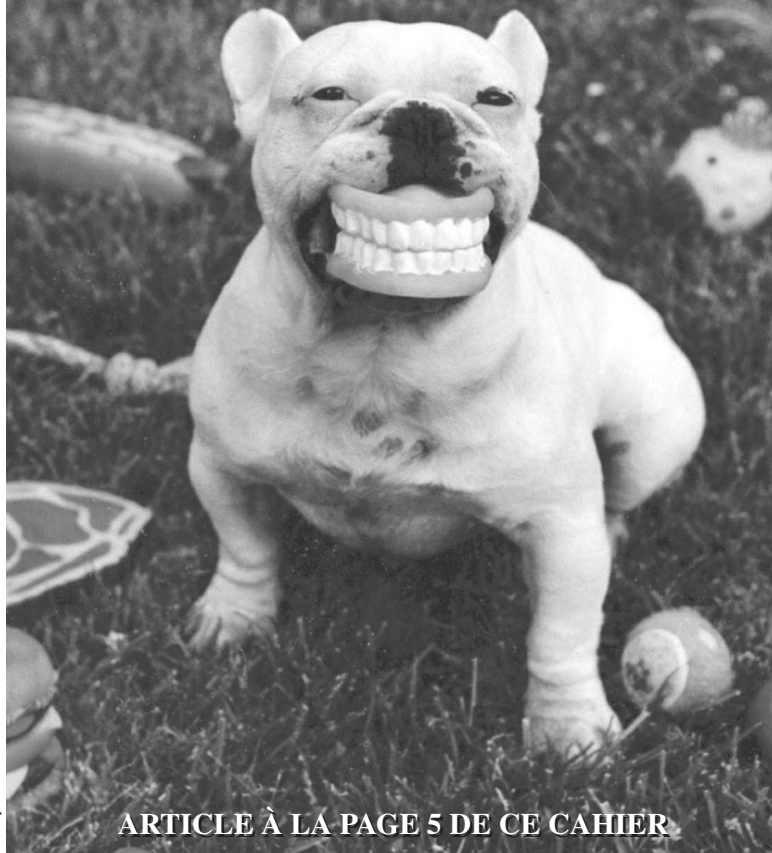
### Demandez conseil

Même si la façon la plus efficace de détecter le cancer de la bouche demeure l'examen clinique, les dentistes invitent la population à porter attention aux signes avant-coureurs de cette maladie. Les symptômes les plus fréquents sont les plaies ou les ulcères dans la bouche qui ne guérissent pas et durent plus de deux semaines, une excroissance sur la lèvre, une tache rouge ou blanche sur les gencives, la langue ou le bord de la lèvre.

Plusieurs personnes hésitent à consulter, car la plupart des plaies causées par un cancer de la bouche ne font pas mal. Si vous avez un de ces signes, il est important de consulter rapidement un professionnel de la santé, un dentiste ou un médecin.

Pour plus de renseignements, il suffit de consulter le site Internet de l'Ordre des dentistes du Québec à [www.odq.qc.ca](http://www.odq.qc.ca).

# Ayez du mordant!



ARTICLE À LA PAGE 5 DE CE CAHIER

Clinique de réhabilitation  
prosthodontique de l'Outaouais

**Dr. Éric Caron**  
**819•770•2850**



[Avril, mois de la santé dentaire]

## Le public est mal renseigné sur les effets nocifs du tabac



**Bien que le tabagisme soit aussi redoutable pour la santé buccodentaire des fumeurs que pour leur santé générale, les Québécois semblent davantage préoccupés par l'esthétique que par les effets plus graves, voire mortels du tabac – cancers de la bouche, maladies des gencives pouvant mener à la perte des dents, échecs de traitements dentaires, etc.**

Dentiste et chanteur



Jason Battah est le porte-parole de la campagne 2005 de l'Ordre des dentistes du Québec.

### Jason Battah, porte-parole de la campagne 2005

Dentiste depuis deux ans, mais sans doute davantage connu du public pour ses prestations à Star Académie l'an dernier, le Dr Jason Battah a accepté de mettre son talent et son expertise au service de la campagne antitabac de l'Ordre des dentistes du Québec, dans le cadre du mois de la santé buccodentaire.

« Cette campagne représente pour moi l'occasion idéale de sensibiliser les jeunes, entre autres, aux méfaits du tabac. Je crois que la carrière artistique que je poursuis en parallèle de la pratique dentaire touche un bon nombre d'entre eux. Je l'ai constaté dans mon cabinet : l'anesthésie, les traitements, tout est soudainement devenu plus facile avec mes jeunes patients, comme si le lien de confiance était plus fort qu'avant. Si je peux en convaincre ne serait-ce qu'un seul de cesser de fumer ou de ne pas commencer, j'aurai atteint mon objectif », déclarait-il récemment en entrevue.

Le message qu'il espère transmettre tout au long du mois d'avril, alors qu'il visitera différentes régions du Québec, est fort simple. « J'aimerais, mentionne-t-il, qu'on cesse de penser que fumer, c'est *cool* et qu'on reconnaisse plutôt que cette habitude est contraire au bon sens. Je souhaite que chaque Québécois prenne conscience des effets du tabagisme sur son entourage et sur sa santé future. Je voudrais atteindre les adolescents, en particulier. »

Il n'a pas l'intention pour autant de se faire moralisateur, notamment auprès de ses propres patients. « J'essaie de comprendre leurs motivations, explique-t-il, et de les associer aux messages que je veux leur communiquer. Aussi, je me sers beaucoup de la caméra intra-orale pour appuyer mes propos. Une image vaut mille mots! Par exemple, si un patient fumeur est préoccupé par l'esthétique, je lui montre une photo de ses dents tachées par la nicotine. Si un autre a des antécédents de cancer dans sa famille, je lui montre des photos de cancers de la bouche. Il ne faut pas essayer de convaincre les gens par la raison. Il faut plutôt faire appel aux émotions. »

Conjuguer une carrière artistique et professionnelle n'est pas de tout repos, mais le Dr Battah peut déjà s'enorgueillir de quelques réussites après deux ans en dentisterie. « Je suis particulièrement fier d'avoir réussi à gagner la confiance de personnes aux prises avec une peur malade des dentistes. Leur phobie était notamment due à des expériences traumatisantes sur le plan humain. Elles étaient venues me consulter non par choix, mais pour une urgence. Il m'a fallu quelques rendez-vous pour les aider à maîtriser leur peur, les traiter et les convaincre de revenir pour des visites de routine. L'aspect humain de cette expérience m'a beaucoup ému », dit-il.

Même si la musique reste sa principale passion, Jason Battah a été attiré très jeune à la profession de dentiste. « Outre la musique, se souvient-il, j'ai toujours aimé travailler de mes mains. Une des personnes qui a sûrement influencé mon choix de carrière est le Dr Gilles Asselin, mon dentiste à l'époque. Je lui posais toujours beaucoup de questions lors de mes visites de routine. J'empêtais tellement sur ses rendez-vous suivants qu'il m'a un jour proposé de me recevoir à la fin de sa journée. J'aime aussi le côté humain de la profession, puisqu'on aide et soulage les gens. »

Pourquoi s'engager si jeune dans une campagne nationale? « Lorsque viendra le temps de faire le bilan de ma vie, affirme Jason Battah, je ne veux pas avoir le sentiment d'avoir manqué mon coup, tant dans ma vie personnelle que sur le plan professionnel. Je veux éviter les "j'aurais donc dû". »

C'est ce que révèle un sondage omnibus SOM-R, demandé par l'Ordre des dentistes du Québec (ODO), et réalisé en février dernier auprès de 1000 adultes.

Avec l'aide du Dr Jason Battah, dentiste, l'ODO lance donc une campagne provinciale visant à sensibiliser les Québécois aux problèmes buccodentaires liés au tabagisme, dans le cadre du mois de la santé buccodentaire, en avril. Ayant pour thème *Éteindre vous allume!*, la campagne de l'Ordre espère démontrer que fumer a des effets beaucoup plus importants que simplement esthétiques.

Jeune dentiste en pratique depuis 2003, le Dr Battah est sensible au problème de santé publique que représente le tabagisme. C'est pourquoi il n'a pas hésité à se joindre à l'Ordre des dentistes pour sensibiliser les personnes aux méfaits du tabac. Dans le cadre du mois de la santé buccodentaire, il participera à plusieurs lancements dans les différentes régions du Québec. « Si je peux convaincre ne serait-ce qu'une seule personne de cesser de fumer ou d'éviter de commencer, j'aurai atteint mon objectif ».

#### Des effets méconnus

Lorsque sondés sur les effets du tabac sur la santé buccodentaire, 61,4 % des Québécois nomment les taches sur les dents. Les maladies des gencives viennent loin derrière, avec seulement 25,1 % des mentions ; la mauvaise haleine, 18% ; et le cancer de la bouche, 14,7%. Environ 25% des répondants ont été incapables de nommer un seul effet du tabac sur la santé buccodentaire ou n'ont rien identifié de particulier, alors que d'autres ont nommé un effet inexact.

Par ailleurs, les dentistes auront beaucoup à faire pour convaincre leurs patients fumeurs que leur santé buccodentaire est importante. En effet, seulement la moitié d'entre eux (50,5 %) disent accorder beaucoup d'importance au fait de prendre soin de leur santé dentaire, comparativement à 72,9 % des non-fumeurs.

Selon le Dr Robert Salois, président de l'ODO, les dentistes voient régulièrement des patients fumeurs qui ont de sérieux problèmes buccodentaires. Les plus graves sont les cancers de la bouche, de la gorge ou de la langue, qui tuent presque un Québécois chaque jour. Les fumeurs courent un risque de 2 à 20 fois plus élevé d'avoir de tels cancers que les non-fumeurs. Le tabagisme cause aussi 50 % des maladies des gencives, certains cas pouvant mener à la perte des dents.

Par ailleurs, la consommation de tabac est, de loin, le plus important facteur d'échec de certains traitements, dont les implants dentaires. Aucune mention de ce problème n'a été faite lors du sondage. Fumer allonge la période de guérison des plaies de chirurgie buccale, y compris lors d'extractions dentaires. Cette habitude peut également être une cause d'infections de la bouche. Enfin, il est vrai que les fumeurs pourront difficilement éviter tous les aspects esthétiques tels que les dents jaunes, les taches sur les dents et parfois sur les gencives, ainsi que la mauvaise haleine.

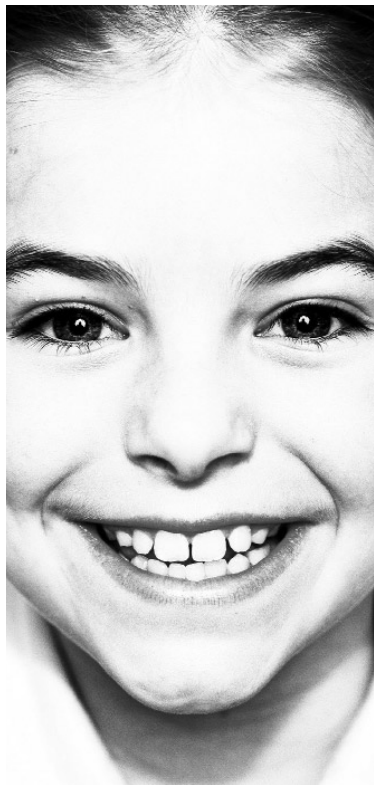
Les dentistes accentueront leurs interventions auprès des patients fumeurs au cours du mois d'avril, et bien sûr par la suite. Ils remettront de l'information sur les effets du tabac sur la santé buccodentaire à tous leurs patients fumeurs. Enfin, ils pourront les conseiller sur les moyens de cesser de fumer et les ressources gratuites qui sont à leur disposition.

Pour mieux connaître les effets du tabac sur la santé buccodentaire, il suffit de visiter le site Web de l'Ordre des dentistes à [www.odq.qc.ca](http://www.odq.qc.ca).



[Avril, mois de la santé dentaire]

## La prévention chez les enfants, c'est payant!



**Les soins préventifs procurent beaucoup d'avantages aux enfants. Ceux ayant une bonne dentition mastiquent plus facilement et absorbent plus de nutriments provenant de la nourriture que ceux qui ont une mauvaise dentition. Ils apprennent à parler plus rapidement et s'expriment plus clairement. Ils ont de meilleures chances d'être en santé, car les maladies de la bouche peuvent affecter la santé générale. Enfin, l'apparence a son importance : l'enfant qui a de belles dents aura davantage confiance en lui.**

Avant même que les bébés aient leurs premières dents, il faut leur nettoyer les gencives avec un linge humide après chaque repas. Il est conseillé de ne pas les laisser dormir ou s'endormir avec un biberon de lait ou de jus, car ils contiennent du sucre. Dès que les premières dents commencent à pousser, il faut les brosser avec une brosse à dents à soies souples, et passer la soie dentaire entre les dents qui se touchent.

Lorsque l'enfant grandit, il est important que les parents lui enseigne les principes d'une bonne hygiène bucco-dentaire, notamment le brossage et l'utilisation régulière de la soie dentaire. L'enfant n'a pas la dextérité manuelle nécessaire pour bien se brosser les dents. Les parents devraient donc superviser la technique de brossage de leur enfant.

### La prévention, c'est payant

Les mesures préventives sont rentables à moyen et à long terme, tant sur le plan financier que sur la santé générale. Des visites régulières chez le dentiste permettent d'éviter que l'enfant ne développe des problèmes dentaires graves, tels que des caries ou des maladies des gencives, qui nécessiteront des traitements beaucoup plus coûteux et plus longs qu'un simple examen dentaire. De plus, certains enfants sont extrêmement angoissés lorsqu'ils ont à subir des traitements qui prennent du temps ou qui nécessitent une anesthésie. Ils apprécieront sûrement ne pas être exposés à un telle angoisse.

Le dentiste pourra donner des conseils sur les mesures préventives appropriées pour chaque enfant, telles que le nettoyage des dents, le polissage, les applications de fluorure et la pose d'agents de scellement qui protègent les dents contre la carie. Il ne faut pas hésiter à lui poser des questions lors de la visite de routine.

La carie dentaire affecte la quasi-totalité de la population, dont 56 % des enfants de 7 et 8 ans et 75 % des jeunes de 14 ans.

*(Source : Ministère de la Santé et des Services sociaux, Programme national de santé publique 2003-2012).*



# Éteindre vous allume!



Maladies des gencives, plaies lentes à guérir, taches sur les dents, cancer de la bouche...  
Le tabac a aussi des effets néfastes sur la santé bucco-dentaire.  
Parlez-en à votre dentiste.  
Pour une bouche en santé, cessez de fumer!



www.odq.qc.ca

# Que révèle votre sourire?

Un sourire brillant montre le bonheur, l'enchantement, la santé et la vitalité. Votre sourire dit tout de vous. Offrez-vous ce sourire dont vous avez toujours rêvé grâce à l'expertise du Dr Dessureault en dentisterie esthétique. Nous pouvons vous créer un sourire étincelant et naturel en aussi peu que deux visites et ce, sans douleur. Ne méritez-vous pas cela?

Avant



Après



[www.drdessureault.com](http://www.drdessureault.com)

**Centre de santé dentaire Dessureault**  
40, boul. Mont-Bleu, Gatineau (Québec) 770-8315

# Déjeuner avec une prothèse dentaire amovible, souper avec des dents permanentes, le même jour !

Les personnes qui ont déjà considéré des prothèses dentaires supportées par des implants et qui y ont renoncé à cause des craintes de douleur et d'inconfort, ou à cause des longs délais entre la mise en place chirurgicale des implants et la réception de la prothèse permanente, ont désormais accès à une procédure qui leur permet de passer d'une prothèse conventionnelle – partielle ou complète – à une prothèse fixe permanente supportée par implants le jour même, sans douleur et avec un minimum d'inconfort !

Cette méthode avant-gardiste – maintenant disponible en Outaouais – est permise bien sûr par le perfectionnement des connaissances médicales et des technologies de pointe associées au domaine de l'implantologie, mais la rapidité de l'exécution résulte de la maîtrise des disciplines chirurgicales et prosthodontiques associées à la réalisation d'une prothèse implanto-portée.

## L'ancienne procédure

Pour les patients qui ont connu la méthode traditionnelle de fabrication de prothèses dentaires implanto-portées, la différence est frappante. L'ancienne procédure commençait par la pose chirurgicale des implants, qu'on devait laisser guérir entre quatre et six mois. Le patient devait aussi s'abstenir de porter toute prothèse pendant la semaine suivant la chirurgie. On devait par la suite modifier l'intérieur de son ancienne prothèse, en y ajoutant des matériels de guérison, pour qu'il puisse la porter pendant quatre à six mois en attendant la pose de la nouvelle prothèse permanente supportée par implants.

Or, cette ancienne prothèse reposait sur des tissus en voie de guérison, causant pour les deux premiers jours suivant sa mise en bouche, un inconfort sévère qui diminuait jusqu'à un inconfort mineur après environ sept jours. L'inconfort mineur persistait cependant durant les quatre à six mois de guérison, jusqu'à l'installation de la nouvelle structure. Devant de telles perspectives, on peut comprendre que bien des patients aient refusé la procédure, malgré ses avantages à long terme. Dorénavant, avec la procédure d'un jour, ils n'ont plus rien à craindre.

## C'est quoi, un implant ?

Pour se convaincre de l'efficacité de cette méthode, déjà éprouvée ici et à l'étranger avec des taux de suc-

cès très élevés, il suffit de comprendre comment fonctionne l'implant dentaire. Le Dr Eric Caron, prosthodontiste (spécialiste du remplacement des dents), l'explique ainsi : « Un implant, c'est une racine artificielle qu'on va insérer dans la masse osseuse. Puis on utilise cette racine, comme ancrage, sur lequel est attaché la restauration dentaire. L'avantage ultime de cette procédure, est de réussir à redonner l'esthétique et la même fonction que celle d'une dent naturelle. De plus, chez le complètement édenté, on peut joindre quelques implants ensemble et leurs attacher une prothèse dentaire redonnant ainsi le confort d'une dentition permanente. »

Pourquoi n'y a-t-il pas de douleur ? « Quand une personne se casse un doigt, ce n'est pas principalement parce que l'os est cassé qu'il y a de la douleur, ce sont les tissus traumatisés au pourtour du site de la fracture qui sont responsables des épisodes de douleur. De plus l'os de la mâchoire, de par sa grande densité est peu innervé. Or, la chirurgie développée pour la mise en place d'implants à la mâchoire ne traumatise ni l'os ni les tissus. Ce n'est pas une chirurgie qui active le processus de la douleur, c'est cependant une chirurgie qui peut activer le processus de l'inflammation. L'administration d'un anti-inflammatoire qu'on trouve sur les tablettes des pharmacies est principalement utilisée pour le contrôle de cette inflammation. Comme il n'y a peu ou pas d'inflammation, il n'y pas de douleur, seul un léger inconfort associé aux manipulations chirurgicales est ressenti et ce, pour les quelques jours suivant la chirurgie », explique le Dr Caron.

Cette technique présente des avantages indéniables pour les personnes partiellement édentées, mais elle est particulièrement efficace et bénéfique pour les complètement édentés, qui n'ont besoin que de quatre ou cinq implants pour solidifier une prothèse complète. Il n'est donc pas nécessaire de poser douze implants pour y fixer douze dents.

## Aucune douleur !

Certains diront sans doute : bien sûr, il n'y a peut-être pas de douleur pendant la chirurgie, mais il y en aura sûrement à la fin de la journée lors de la mise en place de la prothèse et surtout en mangeant lors des premiers jours suivant cette intervention. Eh bien non, parce que la prothèse ne touche pas du tout à la gencive fraîchement opérée : il y a un espace de deux ou trois millimètres entre la gencive et la prothèse, et de plus, cette même prothèse protège les tissus contre l'agression de l'alimentation quotidienne. 7 à 10 jours suivant cette procédure, le patient est libéré de tout inconfort et peut bénéficier pleinement de sa nouvelle dentition.

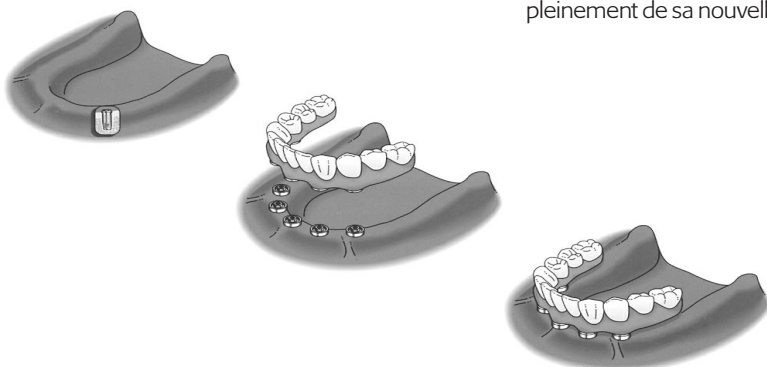
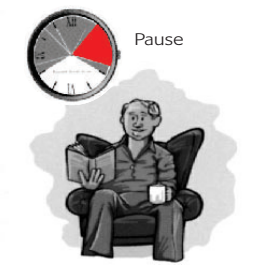
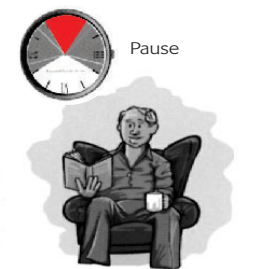
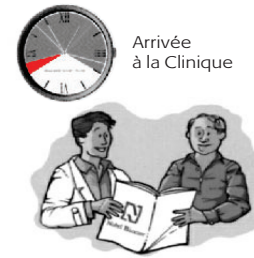
## Une meilleure alimentation

La population est peu consciente des limites associées au port de prothèses dentaires conventionnelles. Contrairement à certaines croyances populaires, le port de prothèses dentaires entraîne une perte de l'efficacité masticatoire d'un individu. Chez certains, la perte est tellement sévère, qu'elle peut grandement influencer leur qualité de vie. Une répercussion négative au niveau du système digestif est aussi souvent rencontrée chez ces patients. Comme cette perte d'efficacité masticatoire se fait graduellement au cours de la vie de l'édenté, il en résulte une habitude à diminuer la qualité des aliments consommés. Pire encore, vient un temps où les gencives ne sont plus capables de supporter les pressions de la mastication et les épisodes de douleur à répétitions sont inévitables.

« Dans ces situations, les études ont clairement démontré que l'avènement des nouvelles technologies associées au domaine de l'implantologie permet d'offrir à nos patients une amélioration importante de leur efficacité masticatoire. De fait, si la situation clinique s'y prête, cette efficacité peut être comparable à celle d'une dentition permanente », explique le Dr Caron. Le Québec, dont la population est l'une des plus édentées à travers le monde, est d'ailleurs à la fine pointe de ces techniques. La technique, inventée et mise au point il y a environ 40 ans, s'est grandement perfectionnée et l'évolution des matériaux utilisés permet d'obtenir un bien meilleur contrôle de la période de guérison associée à une telle intervention.

« À la clinique de réhabilitation prosthodontique de l'Outaouais, l'application clinique de ces nouvelles techniques chirurgicales associée au respect de la fabrication de prothèses dentaires de haute qualité permettent d'offrir à mes patients, la possibilité de retrouver, et ce, dans une seule journée, le confort et l'efficacité d'une dentition permanente » conclue le Dr Caron. Si vous désirez en savoir plus sur ce type de remplacement dentaire, n'hésitez pas à contacter l'équipe du Dr Eric Caron prosthodontiste, dont les bureaux sont situés au 200 de la rue Montcalm, dans le secteur Hull, à la sortie de l'autoroute 50. Pour plus de renseignements, il suffit de téléphoner au cabinet du Dr Caron au 819-770-2850.

Clinique  
de réhabilitation  
prosthodontique  
de l'Outaouais



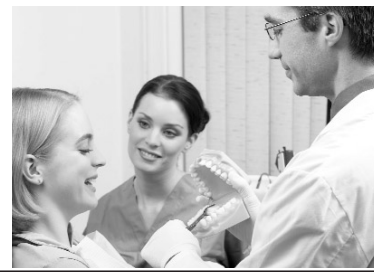
200 rue Montcalm, suite 401 - sect. Hull (Québec) J8Y 3B5  
Téléphone (819) 770-2850 - Télécopieur (819) 770-4659



[Avril, mois de la santé dentaire]

## Le blanchiment : parlez-en à votre dentiste

**Le blanchiment des dents est une procédure de plus en plus populaire. Mais avant de décider de redonner de l'éclat à votre sourire, il est préférable d'en discuter avec votre dentiste. Ce dernier doit d'abord nettoyer les dents et s'assurer, au moyen d'un examen complet, qu'elles n'ont pas de caries ou de restaurations défectueuses. Il pourra ensuite déterminer pourquoi les dents ne sont plus aussi blanches qu'avant, étape cruciale du succès du traitement.**



Plusieurs causes peuvent être à l'origine d'un changement de couleur des dents. Tout d'abord, les dents peuvent être recouvertes d'une accumulation de plaque dentaire et de tartre. Ces dépôts se colorent si une personne boit fréquemment du café, du thé, du vin rouge, ou si elle fume. Un simple nettoyage et polissage des dents suffisent à éliminer les taches superficielles. Il arrive cependant que la coloration soit logée dans l'émail et dans la dentine des dents. Les causes possibles peuvent être le vieillissement naturel des dents, la carie, la consommation de produits du tabac, de certains médicaments ou d'une trop grande quantité de fluor en bas âge.

Certaines personnes réagissent mieux au traitement de blanchiment que d'autres. Celles qui ont des dents de teinte jaunâtre répondent habituellement mieux que celles qui ont des dents de teinte brunâtre. Il arrive que les dents aient une coloration grisâtre. Ceci résulte de la prise de tétracycline en bas âge pour traiter certaines maladies infantiles ou de la prise de minocycline utilisée par les adolescents et les jeunes adultes pour traiter des problèmes d'acné. Ces colorations résistent davantage au blanchiment et dans certains cas, il n'est pas possible de les éliminer complètement.

Voici un aperçu des différentes façons de blanchir les dents :

### Le blanchiment à la maison

Sous la supervision du dentiste, il est possible de blanchir ses dents à la maison. Avant le traitement, le dentiste prend une empreinte des dents pour fabriquer un modèle de pierre. Ce modèle permet de fabriquer une gouttière en plastique s'adaptant parfaitement à la dentition de la personne. Cette gouttière sert à retenir la petite quantité de gel de peroxyde de carbamide d'une concentration d'environ 10 % qu'il faut appliquer pour blanchir les dents. La personne devra porter la gouttière durant le jour ou la nuit, selon sa préférence. Le traitement dure environ deux semaines ou le temps nécessaire

pour obtenir des résultats satisfaisants. Les effets secondaires peuvent être une sensibilité des dents et/ou une irritation des gencives. La sensibilité des dents disparaît habituellement lors de l'arrêt des traitements.

### Le blanchiment à la chaise du dentiste

Les personnes qui ne désirent pas faire un traitement à la maison peuvent opter pour un le blanchiment fait par leur dentiste, au cabinet. Le dentiste isole les dents et protège les gencives à l'aide d'un gel protecteur ou d'une digue de caoutchouc. Il applique un agent de blanchiment sur les dents pendant quelques minutes, habituellement un gel à base de peroxyde d'hydrogène d'une concentration de 30 à 35 %. Il essuie le produit et fait une seconde application. Il est habituellement nécessaire de répéter ces étapes 3 à 4 fois durant une séance. Cette procédure dure de 30 à 60 minutes. Il ne faut pas se surprendre si plus d'une séance est nécessaire.

### Les gommages à mâcher et les dentifrices blanchissants

Tous les dentifrices aident à enlever les taches superficielles sur les dents, car ils contiennent des abrasifs doux. Certains dentifrices dits « blanchissants » contiennent des agents chimiques ou des abrasifs qui sont plus efficaces que les autres pour éliminer les taches. Cependant, ils n'agissent pas sur la coloration intrinsèque des dents, tout comme les gommages à mâcher blanchissants.

### Les produits de blanchiment en vente libre

On retrouve plusieurs produits de blanchiment en vente libre. Bien qu'il soit tentant de vouloir les essayer, il ne faut pas se faire prendre au piège. Afin de ne perdre ni temps ni argent, il est préférable de demander conseil au dentiste.

(Source : *Ordre des dentistes du Québec*)

## Souriez à belles dents en ce mois de la santé dentaire

**Monique Lalonde**  
CLINIQUE FAMILIALE DE SANTÉ DENTAIRE



**D<sup>re</sup> Monique Lalonde**  
chirurgienne dentiste

*Dentisterie générale & esthétique... en douceur!*

**SOINS SUPER LE FUN POUR LES ENFANTS**

• **SERVICE D'URGENCE**

### NOS SERVICES :

- |   |   |
|---|---|
| • Prévention et éducation d'hygiène buccale                 | • Restauration                              |
| • Analyse de la diète et recommandations                    | • Orthodontie mineure                       |
| • Examen/nettoyage  | • Endodontie (traitement de canal)          |
| • Application topique de fluorure                           | • Parodontie (traitement des gencives)      |
| • Scellant  | • Chirurgie                                 |
| • Protecteurs buccaux (pour les sportifs)                   | • Couronnes et ponts fixes                  |
| • Esthétique (facette composite et porcelaine, blanchiment) | • Prothèses (dentiers)                      |
|   | • Plaque occlusale (grincement de dents)    |
|   | • Appareil pour le traitement du ronflement |

395, rue Main, 2<sup>e</sup> étage, Gat. **66-DENTS** (663-3687)

clinique dentaire *La valeur d'un sourire*  
D<sup>re</sup> Bernadette Turcotte

*Nous vous souhaitons une bonne santé pour profiter de ce que la vie offre de meilleur.*

- CEREC
- CAMÉRA INTRA-ORALE
- TRANSMISSION ÉLECTRONIQUE
- DIAGNOdent
- SÉDATION CONSCIENTE

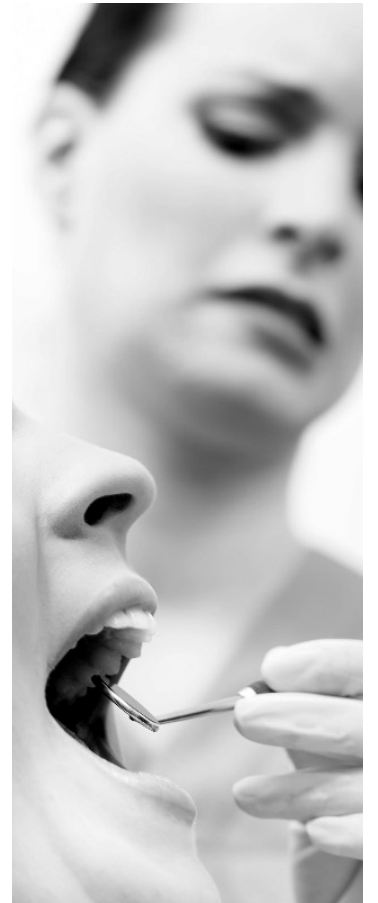
260, boul. St-Raymond local 202 (secteur Hull)

Tél.: 595-3444



# Mesures rigoureuses pour prévenir les infections

**À cause du grand nombre de patients qui fréquentent le cabinet dentaire, le dentiste et le personnel doivent appliquer des mesures rigoureuses de prévention des infections. Ces mesures diminuent les risques de contagion, de contamination et d'infection d'une personne à une autre. Les mesures de précaution universelles suivantes permettent d'éviter la transmission des infections dans les cabinets dentaires :**



## Éliminer la malbouffe des écoles

**L'élimination de la malbouffe dans les écoles publiques est un pas dans la bonne direction. C'est ce que révèle un récent sondage réalisé par l'Association dentaire canadienne (ADC).**

Quatre-vingt-quatre pour cent des personnes interrogées sont d'avis que les collations vendues dans les écoles publiques devraient être constituées d'aliments faibles en sucre.

« En tant que dentiste et parent, je ne souhaite pas que mes enfants se nourrissent de friandises et de boissons gazeuses à l'école, souligne le président de l'Association dentaire canadienne, le Dr Alfred Dean. Étant donné que la plupart des enfants ne vont pas sortir leur brosse à dents et leur soie dentaire pendant la récréation, limiter les collations à un choix d'aliments sains est la bonne décision à prendre. »

Le sucre est l'une des principales causes des problèmes dentaires. Chaque Canadien consomme en moyenne chaque année l'équivalent de 40 kilogrammes de sucre. D'autres renseignements sur la façon de réduire la quantité de sucre dans le régime alimentaire des enfants sont présentés sur le site Web de l'ADC à [www.cda-adc.ca](http://www.cda-adc.ca).

### Les barrières physiques

Les gants servent de barrière entre la salive, le sang, les muqueuses du patient et les mains du dentiste. Ils sont jetés entre chaque patient ou à chaque fois que le dentiste sort de la salle de travail.

Le masque protège le dentiste contre les aérosols produits lorsqu'il travaille dans la bouche du patient. Ces aérosols sont de fines gouttelettes d'eau en suspension dans l'air qui peuvent contenir des microbes. Le masque sert aussi à protéger le patient de toute infection transmissible par les voies aériennes (grippe, etc.).

Les lunettes protègent les yeux du dentiste d'éventuelles égratignures, de blessures ou d'éclaboussures contaminées pouvant infecter l'œil.

La blouse prévient la contamination des vêtements du dentiste et lui évite de transporter des microbes à l'extérieur du lieu de travail.

### Comportements en matière de prévention des infections

Le lavage des mains doit être effectué avec du savon avant et après le port des gants, entre chaque patient et lorsque le dentiste change de salle de travail.

La stérilisation est un procédé qui détruit les micro-organismes. Tous les instruments qui entrent en con-

tact avec la bouche des patients sont stérilisés après chaque utilisation. Il ne faut pas hésiter à poser des questions au dentiste à ce sujet. Il pourra vous expliquer comment il s'assure que les instruments sont bien stériles (sceau de sécurité des aiguilles jetables, papier indicateur sur l'emballage des instruments qui change de teinte après la stérilisation, etc.).

La désinfection des surfaces de travail est faite entre chaque patient. Elle permet de détruire les micro-organismes pathogènes.

L'utilisation de matériel jetable est nécessaire, car certains instruments ou matériels ne peuvent être ni stérilisés, ni lavés, ni réutilisés, par exemple les gants, les aiguilles, les rouleaux de coton, etc.

Une bonne méthode de travail minimise les risques d'accidents ou de contamination. C'est pourquoi l'équipe dentaire adopte des techniques favorisant la biosécurité.

L'Ordre des dentistes du Québec a transmis à tous les dentistes des normes concernant la désinfection et la stérilisation. Ces normes précisent les mesures d'hygiène générale, les mesures de protection personnelle, les méthodes de stérilisation des instruments, de désinfection des surfaces de travail et du laboratoire, la stérilisation, la mise au rebut appropriée des déchets biomédicaux, la vaccination du person-

nel traitant et les mesures à prendre en cas de contamination accidentelle ou d'exposition à du matériel biologique.

De plus, l'Ordre des dentistes vérifie si ces mesures sont bien suivies lors des visites d'inspection professionnelle des cabinets dentaires. Le Québec est d'ailleurs la seule province qui a un programme annuel de visites obligatoires des cabinets dentaires.

Les cliniques dentaires sont des lieux sécuritaires grâce au professionnalisme du dentiste et de son équipe qui appliquent rigoureusement les mesures de prévention des infections.

(Source : Ordre des dentistes du Québec)



**Clinique de denturologie  
Gérard Ouellette**

**663-6554 ou 777-7797**

(sur rendez-vous, réparation en 1 heure)

Bienvenue à tous les anciens patients de M. Jacques Ouellette

**À tous les porteurs de prothèses de plus de 5 ans, il est important de vérifier l'état de votre bouche et de vos prothèses.**

- Consultation gratuite (sans obligation de votre part)
- Service rapide et expérimenté
- Principales cartes de crédit acceptées
- Bénéficiaires de l'Aide Sociale acceptés

• Attendons le paiement des assurances, si nécessaire (partie payable par l'assurance)



824, NOTRE-DAME, GATINEAU

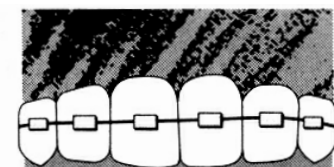
**orthodontie**

**Dr Guy Lacoste**

SPÉCIALISTE CERTIFIÉ EN

160, boul. De l'Hôpital, suite 500, Gatineau

Tél.: (819) 246-5565  
glacoste@hotmail.com



**MAURICE ST-PIERRE**

D. M. D. CERT. ORTHO  
ORTHODONTISTE

85, rue Bellehumeur, suite 302  
Gatineau (Québec) J8T 8B7

**Tél.: (819) 243-7767**  
**Fax.: (819) 243-0048**

CENTRES DENTAIRES

# Lapointe

DENTISTES • HYGIÉNISTES • DENTUROLOGISTES

## Souriez à belles dents!

Tout comme les candidates de SOS Beauté, souriez à belles dents grâce aux centres dentaires Lapointe.

Le 24 mars dernier l'émission S.O.S. Beauté prenait fin. Après 6 semaines de transformations, les participantes de cette émission ont fièrement dévoilé leur nouveau sourire.

### Tout sous le même toit

Réunissant sous le même toit, dentistes, hygiénistes et denturologistes, les centres dentaires Lapointe étaient en mesure de répondre aux attentes des participantes. Chacune d'elle a eu droit à une consultation dentition globale, un concept propre aux centres Lapointe qui consiste à déterminer, dès la première visite, la condition buccale des patients sous trois aspects spécifiques : leur santé, leurs fonctions et leur esthétique dentaires.

### Un sourire en parfaite harmonie avec votre visage.

Âgées de 22 à 50 ans, les candidates correspondaient à un portrait typique des besoins dentaires de la population québécoise. Mélanie et Dominique âgée de 22 et de 41 ans ont donné un peu d'éclat à leur sourire par un blanchiment ZOOM®. Christine, mère

de deux jeunes enfants, avait une dentition non-harmonieuse selon l'évaluation dentition globale.

Elle a eu droit à un blanchiment ZOOM® et des facettes de composite au maxillaire supérieur. Sylvie, Line et Monique sont édentées depuis l'adolescence, leur cas a nécessité une reconstruction complète. Dans le cas de Sylvie, porteuse de prothèses complètes, une chirurgie implantaire a été effectuée pour une plus grande stabilité de ses prothèses.

Monique porte une nouvelle prothèse complète au maxillaire supérieur et une prothèse partielle au maxillaire inférieur. Tout l'aspect esthétique a été revu et corrigé afin d'être en parfaite harmonie avec son visage.

Line, édentée partielle, a également subi une métamorphose complète qui a nécessité la construction de facettes, de couronnes et d'une prothèse partielle sans crochets apparents.



Les candidates de SOS Beauté sourient à belles dents suite à leur transformation.

## Souriez en toute confiance!

C'est connu, un sourire en amène un autre. Être fier d'arbore son sourire aide à avoir confiance en soi.

Trop de gens manquent de confiance en eux parce que leur sourire n'est pas en harmonie avec leur visage. Il est bon de savoir que l'on peut compter sur les professionnels des centres dentaires Lapointe pour remédier à cette situation. Il y a des centres dentaires Lapointe dans la plupart des grandes régions du Québec. Appelez dès maintenant au 1 800 Lapointe pour connaître le centre le plus près. Visiter également notre site web et faites une demande de rendez-vous via notre service aux internautes.



Christine Lévesque - avant



Christine Lévesque - après

### Des soins dentaires accessibles

Profitez de notre plan de financement, de 3 à 36 mois **sans frais ni intérêt.\*** De plus, le coût des traitements dentaires peut vous donner droit à d'importantes réductions d'impôts.

Centres dentaires Lapointe (514) 527-6468  
Sans frais : 1 800 Lapointe (527-6468)  
Internet : [www.centreslapointe.com](http://www.centreslapointe.com)



Tel que vu à l'émission SOS Beauté



www.centreslapointe.com

CENTRES DENTAIRES

# Lapointe

DENTISTES • HYGIÉNISTES • DENTUROLOGISTES

Autres régions : 1 800 Lapointe

Hull: (819) 777-7000  
Gatineau: (819) 568-8766

Gatineau Hull Jonquière Lachine Laval Longueuil Montréal  
Québec Rosemère St-Hyacinthe St-Jean-Port-Joli St-Sauveur