

AVRIL

**Mois de la santé
buccodentaire**

CAHIER SPÉCIAL / AVRIL 2013

Le Nouvelliste

LEADER DE L'INFORMATION RÉGIONALE



**Ordre des
Dentistes du
Québec**



La santé buccodentaire

Pour vivre en santé

La plupart d'entre nous sont conscients que l'alimentation et l'exercice sont importants pour rester en bonne santé. Mais saviez-vous qu'une bouche saine est aussi un élément important d'un corps sain ?

Les problèmes de santé buccodentaire peuvent avoir des répercussions sur la qualité de vie. La douleur buccale, les dents manquantes ou les infections de la bouche peuvent avoir un effet sur la façon de parler, de manger et de se conduire en société. Ces ennuis de santé buccodentaire peuvent diminuer la qualité de vie d'une personne, car ils affectent son bien-être physique, mental et social.

Les maladies buccodentaires, comme les autres maladies, doivent être traitées. Une infection chronique, y compris dans la bouche, est un problème grave qui ne doit pas être pris à la légère. Cependant, les saignements et les douleurs des gencives sont souvent négligés.

Des recherches ont démontré qu'il y a un lien entre les maladies buccodentaires et d'autres problèmes de santé comme le diabète, les maladies cardiovasculaires et les accidents vasculaires cérébraux, les maladies respiratoires chez les personnes âgées, ainsi que les naissances prématurées et l'insuffisance de poids à la naissance. Même si les chercheurs commencent seulement à comprendre ces liens, il est prouvé que les maladies buccodentaires peuvent aggraver les autres problèmes de santé et que la santé buccodentaire est une composante importante d'une vie saine.

Pour observer un mode de vie sain et réduire le risque de maladies buccodentaires, il convient de suivre les 5 recommandations suivantes :



Consultez votre dentiste régulièrement

Les examens et les nettoyages professionnels réguliers constituent le meilleur moyen de prévenir les problèmes ou d'empêcher ceux-ci de s'aggraver. Votre dentiste vous examinera afin de déceler des signes de maladies buccodentaires. Celles-ci passent souvent inaperçues et peuvent entraîner ou indiquer des problèmes de santé graves dont le siège se trouve ailleurs dans l'organisme. Seul votre dentiste dispose de la formation, des compétences et de l'expé-

tise nécessaires pour diagnostiquer et traiter les maladies buccodentaires et pour répondre à tous vos besoins en matière de soins de santé buccodentaire.

Observez une bonne hygiène buccodentaire

Brossez-vous les dents et la langue avec une brosse à dents à poils souples au moins 2 fois par jour avec un dentifrice au fluorure pour éliminer la plaque dentaire et les bactéries responsables des caries et des maladies parodontales (maladies de gencive). Passez la soie dentaire chaque jour. Sans soie

dentaire, vous négligez plus d'un tiers de la surface de vos dents. Quand vous choisissez des produits d'hygiène buccodentaire, cherchez le sceau de reconnaissance de l'Association dentaire canadienne.

Mangez équilibré

Les aliments sains favorisent la santé générale et la santé buccodentaire. Les nutriments qui proviennent des aliments sains aident à combattre les caries et les maladies de gencive. Évitez l'excès de sucre. C'est l'une des causes principales de problèmes dentaires.

Examinez votre bouche régulièrement

Décelez les signes avertisseurs des maladies parodontales (maladies de gencive) tels que des gencives rougeâtres, brillantes, gonflées, douloureuses ou sensibles, des saignements au moment du brossage ou du passage de la soie dentaire ou une mauvaise haleine persistante. Les maladies de gencive sont l'une des principales raisons de l'édentement chez les adultes.

Décelez les signes avertisseurs du cancer de la bouche. Les 3 sites les plus courants de cancer de la bouche sont les côtés et la base de la langue ainsi que le plancher de la bouche. Les signes et

symptômes comprennent des saignements inexplicables, des lésions ouvertes qui ne guérissent pas en 7 à 10 jours, des plaques blanches ou rouges, l'engourdissement ou le picotement, des petites bosses et l'épaississement des côtés ou de la base de la langue, du plancher de la bouche, du palais ou encore de l'intérieur des joues ou des gencives. Signalez l'apparition de tout symptôme à votre dentiste.

Ne fumez pas et ne chiquez pas de tabac

Fumer et chiquer du tabac est dangereux pour votre santé buccodentaire et votre santé en général. L'usage du tabac est une des causes principales de la perte de dents due aux maladies de gencives et peut être à l'origine de graves problèmes de santé, comme le cancer de la bouche. Le tabac peut également causer des maladies cardiovasculaires et différents cancers.

Si vous prenez soin de vos dents et de vos gencives à la maison et si vous consultez régulièrement votre dentiste, vous devriez conserver votre sourire à vie. Vous et votre dentiste êtes partenaires pour maintenir votre santé buccodentaire à vie.

Source : Association dentaire canadienne

L'importance de la soie dentaire

Soyons honnêtes, la plupart des gens ne se servent pas de la soie dentaire. Et c'est là un grave problème, parce qu'on ne peut pas se passer de la soie dentaire, si on veut garder les dents saines toute la vie. Il est important de comprendre que c'est la



seule façon de nettoyer les endroits que la brosse à dents ne peut pas atteindre : entre les dents et sous la bordure des gencives.

Il est essentiel de prendre l'habitude de se servir de la soie dentaire tous les jours. Si vous ne l'avez pas fait régulièrement, cela vous prendra un certain temps pour en faire une routine quotidienne. Au début, cela vous paraîtra drôle, mais à la longue, vous n'aurez pas l'impression d'avoir les dents propres si vous ne les avez pas aussi nettoyées avec la soie dentaire.

Il faut reconnaître, cependant, que ce n'est pas ce qu'il y a de plus excitant au monde. Voici donc une suggestion qui peut vous aider. Prenez votre soie dentaire avec vous et servez-vous-en pendant que vous regardez votre émission préférée à la télévision, pendant les nouvelles de fin de soirée par exemple. C'est une façon de joindre l'utile à l'agréable.

Vous pouvez aussi apporter votre soie dentaire au travail et en profiter pour vous nettoyer les dents pendant la pause-café. Accordez-vous quelques minutes pour vous nettoyer les dents et vous passer de l'eau fraîche sur la figure. Vous verrez comme cela rafraîchit et fait du bien.

La nouvelle technologie en orthodontie, NOUS L'AVONS !

« Essayez la prise d'empreintes par imagerie numérique : PLUS PRÉCISE ET CONFORTABLE. »



Pour voir d'autres résultats à la hauteur de vos attentes visitez :

www.louiscadotte.com

819 379-6626 | 925, rue Laviolette
bureau 202 | Trois-Rivières

Dr Louis Cadotte | orthodontiste



Le blanchiment des dents



Dans la plupart des cas, la couleur naturelle des dents varie du grisâtre au jaune. Les dents foncent naturellement avec l'âge, et l'utilisation de produits du tabac ainsi que la consommation de certains aliments ou boissons peuvent affecter leur apparence en causant des taches à leur surface.

De plus, la perception de la couleur des dents est fortement affectée par la couleur de la peau et le maquillage. Indépendamment de la couleur réelle de leurs dents, les gens dont la peau est plus foncée ou qui utilisent un maquillage foncé donneront l'impression d'avoir des dents plus blanches.

Bien que les dents ne soient pas faites naturellement pour être complètement blanches, de nombreux Canadiens veulent un sourire plus éclatant. Pour répondre à ce désir, une vaste gamme de produits de blanchiment a été mise à la disposition des consommateurs. Ces produits entrent dans deux grandes catégories : les produits de blanchiment pour la surface des dents et les produits blanchissants.

Il est important de noter que Santé Canada considère les déclarations des fabricants de produits de blanchiment des dents comme étant de nature esthétique. Cela signifie que, bien que la déclaration doive être exacte pour ne pas tromper le public, l'organisme de réglementation tolère une certaine exagération (exagération qui ne doit

pas tromper le public). Par conséquent, il se peut que les résultats ne soient pas aussi convaincants que le consommateur l'espérait au départ.

Produits de blanchiment pour la surface des dents

Ces produits utilisent des agents abrasifs spéciaux afin d'améliorer la capacité du produit pour enlever les taches à la surface des dents. La plupart des produits de cette catégorie sont soit des dentifrices soit des gommages à mâcher.

Étant donné que les produits abrasifs spéciaux contenus dans ces produits ne sont souvent que des versions plus raffinées des produits abrasifs contenus dans les dentifrices ordinaires, ces

produits de blanchiment ne devraient pas causer d'usure excessive des dents. Toutefois, leur efficacité se limite aux taches sur la surface des dents et ils ne devraient pas être utilisés pour remplacer les nettoyages professionnels.

Produits blanchissants

La plupart des produits blanchissants sont fabriqués à partir de peroxyde et peuvent modifier les couleurs de la dent elle-même. Cependant, les traitements à base de produits blanchissants ne sont pas efficaces pour toutes les décolorations dentaires.

Les personnes qui envisagent des traitements de blanchiment des dents devraient consulter un dentiste afin de déterminer la cause de la décoloration dentaire et déterminer si un tel traitement aura les effets désirés. Cette étape est particulièrement importante pour les patients avec des obturations, des traitements radiculaires, des couronnes et des taches extrêmement foncées sur les dents antérieures.

Il existe plusieurs techniques et produits de blanchiment à la disposition des patients. Il y a 2 types principaux de blanchiment : Le blanchiment vital se fait sur les dents qui sont «vivantes». Si les dents sont tachées par les aliments ou le tabac, ou si elles ont jauni naturellement avec l'âge, le blanchiment vital peut leur redonner leur éclat.

Le blanchiment non vital se fait sur

les dents qui ne sont plus «en vie». Si la dent a noirci à cause d'un traitement de canal, le blanchiment non vital lui redonnera sa blancheur de l'intérieur vers l'extérieur.

Il existe 3 techniques de blanchiment. Le choix se fera selon le nombre de dents à traiter et le degré de décoloration.

Le dentiste pourra vous recommander une des techniques suivantes :

1. l'application d'une solution de blanchiment activée soit à la chaleur soit à la lumière et à la chaleur
2. le port d'un protecteur buccal contenant un agent de blanchiment pendant un laps de temps déterminé, chaque jour
3. le brossage des dents avec une solution blanchissante mélangée au dentifrice

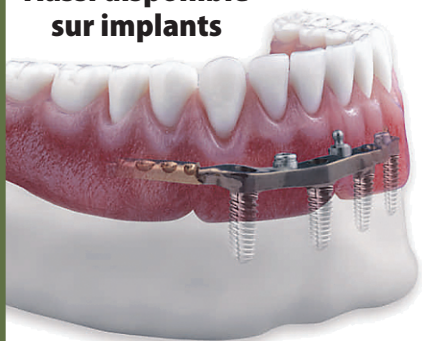
Les techniques de blanchiment des dents à domicile sont mises à la disposition du grand public soit par les dentistes soit par divers magasins. Des études cliniques démontrent la sécurité et l'efficacité des gels blanchissants utilisés à domicile si on respecte le mode d'emploi. Une sensibilité des dents et une irritation des tissus mous peut se produire pendant le traitement de blanchiment, mais ces effets sont passagers.

Source : Association dentaire canadienne

IVOIRE
SANTÉ DENTAIRE

Trois-Rivières

Aussi disponible
sur implants



GARDEZ le sourire!

On dit souvent qu'un sourire « éclaire » un visage, ou qu'une personne souriante est « rayonnante ». C'est dire toute l'importance que nous lui accordons! Pour les denturologistes **Charlène Milot et Marie-Andrée Sauvageau**, la santé buccale et le sourire, c'est primordial elles mettent à votre disposition toute leur attention et leurs compétences. Retrouvez le plaisir de sourire, manger, parler... bref, de vivre!

La prothèse dentaire Ivoire.

Cette prothèse très convoitée se distingue par ses nombreuses caractéristiques qui permettent la fabrication d'un sourire à l'apparence naturelle. La prothèse dentaire Ivoire est fabriquée à partir de matériaux de très haute qualité. Le procédé de fabrication distinctif aux centres Ivoire comporte plusieurs étapes qui en font une prothèse humanisée. Multicoloration personnalisée, formes données à la gencive, disposition des dents et souci du détail : tous ces éléments sont pris en compte

dans la conception. Le palais transparent est travaillé afin de reproduire les rugosités palatines qui aideront à la dégustation et au nettoyage de la langue. Ces aspects particuliers vous feront découvrir la différence Ivoire. Lorsque vous afficherez votre magnifique sourire, vous serez vous-même persuadé que l'image projetée est des plus vivante et naturelle. Laissez-nous vous démontrer que choisir une prothèse de qualité vous offre un meilleur confort et une apparence des plus naturelles. Que ce soit avec une prothèse sur implants, une prothèse biofonctionnelle ou la convoitée prothèse Ivoire.

Nous mettons tout notre cœur dans notre travail, parce qu'il faut à tout prix réussir. Après tout, votre sourire est notre carte de visite.

À bientôt.
Charlène et Marie-Andrée



Prothèses dentaires biofonctionnelles - IVOIRE - Implants

Une seule équipe
Maintenant au même endroit



Marie-Andrée Sauvageau
Denturologue

Charlène Milot
Denturologue

580, rue Barkoff, bureau 202
Trois-Rivières
(secteur Cap-de-la-Madeleine)

Marie-Andrée Sauvageau
819 379-1567

Charlène Milot
819 376-6325

Jean-Claude Milot, d.d.
Disponible: mardi et jeudi



Visitez: www.ivoire.ca



Bonnes dents, bonne santé pour toute la vie

Visitez votre dentiste !

Ce spécialiste de la santé bucco-dentaire peut vous rendre de grands services si vous prenez annuellement le temps de lui rendre visite. Dans la majorité des cas, il pourra dépister des bobos dont les conséquences pourraient aller jusqu'au cancer buccal.

**Plus de 50 %
des personnes âgées
ne se rendent chez le
dentiste qu'en URGENCE**

Quels pourraient être ces problèmes ? Pour ne vous en énumérer que quelques-uns, je pourrais vous parler du saignement des gencives, du ronflement, des fractures dentaires, de mauvais dentiers pour ne pas dire « pas propre » d'une mauvaise haleine et je pourrais continuer...

À la télévision, il n'est pas rare de voir trop de personnes âgées présentant une bouche très peu désirable et vous savez ce que je veux dire. Pourtant, il serait si facile d'y remédier par une



visite chez le dentiste. Trop de personnes âgées disent que leur vie est finie. Peu importe la santé dentaire !

Pourquoi finir sa vie avec un ou des problèmes buccodentaires ! C'est à vous d'y penser !

Moi, j'y pense encore et je suis un octogénaire !

Personnes âgées

Sachez que votre bouche est très importante et je vous conseille de

rendre visite au dentiste au moins une fois l'an afin de prévenir les maladies de la bouche. Ainsi, votre vieillesse sera plus intéressante. Croyez-moi !

Si vous vous rendez compte que vous possédez un « bobo » en votre bouche, ou sur un de vos tissus buccaux, qui dure depuis plus de quinze jours, vous devez de rendre visite à votre dentiste le plus vite possible afin de ne pas lui donner la chance de prendre de l'ampleur. Les conséquences qui peuvent être engendrées par une gingivite ou cas de cancer sont déjà trop nombreuses.

Chaque année plus de 800 personnes apprennent sournoisement qu'ils souffrent d'un « cancer buccal » et plus de 300 en subissent des conséquences mortelles. Évidemment, de telles situations sont graves et c'est pourquoi je préconise une visite régulière chez le dentiste afin de prévenir ces mauvais états de santé buccodentaire.

En passant, j'ajoute que plus de 50 % des personnes âgées ne se rendent chez le dentiste qu'en URGENCE. C'est très malheureux pour elles, alors qu'elles pourraient y remédier très facilement.

Source : Dr Guy Boisclair, d.h.d.p.



Pour un sourire en santé!

Rendez visite à votre dentiste



Les CPE auront une excellente santé buccodentaire

Oui, les jeunes des CPE de la région Mauricie-Bois-Francs pourront à l'avenir jouir d'un programme éducatif quotidien avec comme base la santé buccodentaire.

Cette publicité dentaire devrait intéresser les parents et les hygiénistes dentaires feront tout en leurs possibles pour

les CPE participants obtiendront un porte-brosse à dents pour le rangement hygiénique et sécuritaire des brosses en garderie.

Grâce à l'encouragement financier d'organisme dentaire, la petite enfance peut bénéficier dès cette année des avantages découlant de cette pro-



atteindre le but proposé et ainsi répandre cette nouvelle et intéressante publicité personnelle et familiale.

Grâce à la généreuse collaboration financière des institutions signalées en bas de pages nous pourrions ainsi fournir aux jeunes de la pâte, une brosse et un support personnel.

Brosser ses dents avec ses amis de la garderie... c'est gagnant !

Une centaine de centres de la petite de la petite enfance qui désiraient intégrer la routine du brossage des dents en milieu de garde pourront obtenir gratuitement des brosses à dents et les conseils des hygiénistes dentaires des CSSS Énergie, Vallée de la Batiscan et Arthabaska-Érable. De plus,

cedure qui est toute nouvelle et que nous souhaitons voir se reprendre dans toute la région Mauricie-Bois-Francs.

Le brossage des dents avec un dentifrice fluoré est une habitude qui doit se prendre en bas âge. Aussitôt la première dent de bébé sortie, on débute le brossage avec un peu de dentifrice fluoré, de la grosseur d'un grain de riz. Plus tard, vers l'âge de trois ans, la quantité de dentifrice sera de la grosseur d'un petit pois. Prises tôt dans la vie de bébé, cette habitude associée à une saine alimentation et des visites régulières à partir d'un an chez le dentiste, favoriseront une santé dentaire optimale.

Source :
Dre Élisabeth Glraudo,
dentiste-conseil,
Agence de la santé MCQ

Le fromage ne fait qu'une bouchée de la carie !

Le brossage des dents, l'utilisation de la soie dentaire et les visites chez le dentiste sont des moyens efficaces de prévenir la carie dentaire. Mais saviez-vous que la consommation d'un morceau de fromage après les repas peut protéger les dents contre la carie ?

Les fromages tels que le Cheddar, le Suisse, le Bleu, le Monterey Jack, le Mozzarella, le Brie et le Gouda contiennent du calcium, des protéines, des matières grasses et du phosphore, qui ont un effet protecteur contre les acides et contribuent à la santé des dents.

Des collations santé, c'est mieux...

Certaines collations sont meilleures que d'autres pour la santé des dents. Le fromage, le yogourt, les légumes et les fruits frais sont d'excellents choix. Mangez de préférence des aliments qui n'endommagent pas les dents. Les aliments sucrés ou collants devraient être consommés pendant les repas ou lorsqu'il est possible de se brosser ensuite les dents.

Institut Médical

des Trois-Rivières • Centre Médical spécialisé

Dr Thierry Dhuyser

Spécialiste en chirurgie
buccale et maxillo-faciale

Plus 20 000 implants
mis en place

**POURQUOI
VOUS
CONTENTER
DE CECI :**

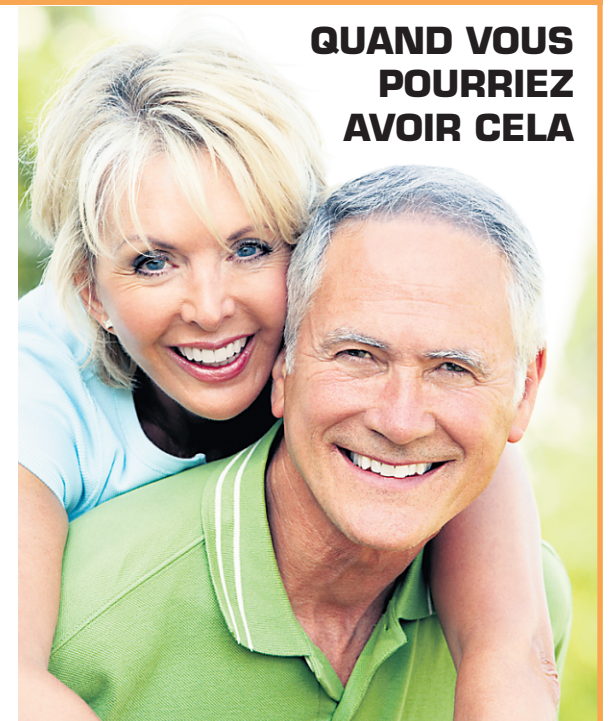


Selon l'OMS, entre 6 et 10 % de la population mondiale est édentée. Si l'édentation était une maladie infectieuse, ce serait une pandémie...

ALORS QU'ATTENDEZ-VOUS?

Retrouvez le sourire grâce à la technique
All-On-Four^{mc}!

**QUAND VOUS
POURRIEZ
AVOIR CELA**



LA TECHNIQUE **ALL-ON-FOUR^{mc}** EST UNE TECHNIQUE
ÉPROUVÉE ET ABORDABLE

**RETROUVEZ VOTRE SOURIRE ET
MORDEZ DANS LA VIE!**

APPELÉZ-NOUS POUR UNE CONSULTATION GRATUITE!

(Comprend un scan en 3D, l'examen par un chirurgien maxillo-facial et l'établissement d'un plan de traitement personnalisé).

3050, boul. Saint-Jean, Trois-Rivières
819 694-4506 • www.im3r.ca



L'implantologie révolutionne l'approche traditionnelle de la dentisterie



L'implantologie est une technique chirurgicale qui depuis quelques années maintenant a révolutionné l'approche clinique traditionnelle de la dentisterie en matière de remplacement de dents.

Avant l'implantologie, le remplacement de dents manquantes entraînait automatiquement le port de prothèses amovibles, qu'elles soient partielles ou totales. L'implantologie permet aujourd'hui de remplacer les dents manquantes sans toucher aux dents adjacentes, de remplacer totalement les dents

et même d'apporter des solutions permettant de fixer les prothèses.

Les innombrables possibilités que nous offre l'implantologie permettent non seulement de restaurer la fonction première des dents, mais également d'apporter des solutions esthétiques qui redonnent le sourire et la confiance à bon nombre de patients. Chaque cas peut être analysé dans tous les détails grâce aux différentes techniques d'investigation (dont la radiographie 3D), et peut se voir proposé une restauration dentaire permanente,

confortable et esthétique grâce aux solutions implantaires. La conclusion est simple : la dentisterie moderne passe tout naturellement par l'implantologie.

Les avantages des implants dentaires

L'implantologie offre plus d'un avantage au patient :

- Permet de retrouver le confort et l'esthétique des dents naturelles.
- Remplace de manière fixe et permanente les dents manquantes.
- Stimule la santé de l'os, car les dents artificielles sont soutenues par leurs propres racines qui sont en l'occurrence les implants, donc prévient la perte osseuse.
- Dans les cas de prothèse amovible, elle permet de stabiliser de manière significative le dentier.
- Rétablit une dentition fixe, dans les cas de prothèse partielle amovible.
- Facilite la mastication et donc la digestion des aliments.
- Permet de retrouver une qualité et un confort de vie.
- Augmente la confiance en soi et permet de se débarrasser de certains complexes.
- Permet de parler et de manger à nouveau en toute confiance avec un bien-être évident.
- Empêche de perdre son dentier à un moment délicat ou encore évite l'apparition de bruits dus au mauvais ajustement d'une prothèse.

Vous avez la chance d'avoir en Mauricie un centre dédié uniquement à l'implantologie.



Grâce à l'approche humaine de l'équipe professionnelle du Dr Claude Morissette, de nombreuses personnes ont retrouvé le plaisir de **MANGER**, de **SOURIRE**, de **PARLER** et même de dormir sans se préoccuper de leurs prothèses. Il ne suffit plus d'y penser, il faut le faire. Investissez dans votre sourire.

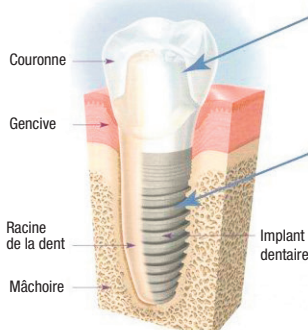
NOUS TRAVAILLONS EN ÉTROITE COLLABORATION AVEC VOTRE PROFESSIONNEL DE LA SANTÉ DENTAIRE.



Claude Morissette
Dentiste généraliste
Pratique consacrée à l'implantologie



**PROTHÈSE FIXÉE
SUR IMPLANT**



L'os se fusionne à l'implant

Couronne tout-céramique
Une magnifique couronne ou un pont est fixé sur un implant. L'aspect naturel et l'ajustement en bouche sont parfaits.

Implant dentaire
Un implant remplace la racine de la dent, pour maintenir la couronne en place. L'implant est biocompatible et est naturellement accepté par votre organisme, ce qui vous permet d'utiliser pleinement vos nouvelles dents.



NOUVEAU
PROFITEZ DE VOS
DENTS MAINTENANT
GRÂCE À NOS
**AVANTAGEUX
PROGRAMMES DE
FINANCEMENT**

Comment réalise-t-on une correction osseuse ?

Le principe général d'une correction osseuse en implantologie est le suivant : Nous allons placer un greffon dans la zone où le manque d'os pose problème pour la pose d'un implant. Le greffon est immobilisé totalement. Par la suite, l'os nouvellement formé prendra la place jusqu'à ce que le greffon se résorbe de lui-même. Étant donné qu'il y a toujours une légère perte en volume, on installe toujours un greffon plus gros que nécessaire afin d'arriver au bon résultat de volume au final.

Suivant les cas, la correction osseuse et la pose de l'implant dentaire peuvent se faire en même temps. Dans d'autres cas, si le manque d'os est plus important, la correction osseuse est réalisée dans un premier temps, puis l'implant dentaire est posé environ 6 mois plus tard, temps nécessaire à la consolidation de l'os.

Source : Centre de services d'implantologie

GRATUIT :
UNE
CONSULTATION
D'UNE HEURE
ET SCAN 3D
VALEUR DE 500 \$
(valide jusqu'au 31 mai 2013)

SÉANCES D'INFORMATION
DISPONIBLES
consultez notre
site Internet

Centre de services
d'implantologie



2, rue Fusey, suite 100
Trois-Rivières (Québec) G8T 2T1
819 375.5550

info@vraisourire.com
www.vraisourire.com
Suivez-nous sur **facebook**



De belles dents découlent d'une bonne alimentation

Il est bon d'avoir un régime alimentaire équilibré pour la santé dentaire comme pour la santé en général. Sans les bons éléments nutritifs, les dents et les gencives sont plus sujettes à la carie et à l'infection.

Le sucre est une des principales sources de problèmes dentaires. Les Canadiens absorbent en moyenne l'équivalent de 40 kg de sucre par année. Voici donc quelques moyens de diminuer votre consommation de sucre :

Essayez les collations sans sucre

-Mettez moins de sucre dans le café ou le thé (ou utilisez un substitut).

-Évitez les boissons auxquelles on a ajouté du sucre.

-Cherchez plutôt les jus et les boissons sans ajout de sucre.

Lisez la liste des ingrédients quand vous faites votre marché : miel, mélasse, sucre liquide, glucose et fructose sont autant de sortes de sucre.

Si vous prenez des sucreries, évitez les caramels qui collent aux dents plus longtemps - et sont plus difficiles à nettoyer. Mangez des bonbons aux repas et pas comme collation. La salive abondante qu'on a alors aide à diluer et à laver le sucre. Ayez une brosse à dents

de voyage que vous utiliserez après avoir mangé des sucreries.

Si vous ne pouvez vous brosser les dents, au moins rincez-vous la bouche avec de l'eau ou mangez des aliments fibreux, des légumes crus par exemple, ou encore mâchez de la gomme sans sucre.

Excellentes collations sans danger pour les dents :

- Lait et babeurre
 - Fruits, légumes crus
 - Yaourt ordinaire, fromage ou fromage cottage
 - Oeufs cuits durs ou à la diable
 - Noix, graines de tournesol ou de citrouille
 - Toast Melba
 - Salades
- Source : Association dentaire canadienne



Comment repérer les problèmes

Voici un guide de consultation rapide des principaux problèmes dentaires. Consultez votre dentiste si vous remarquez dans votre bouche un ou plusieurs des signes et symptômes suivants.

Mauvaise haleine persistente

Elle peut être attribuable à la maladie des gencives, à un aliment, à l'alcool, au tabac, à un médicament ou à un problème de santé. Si elle résiste au brossage et à l'utilisation de la soie dentaire quotidiens, consultez votre dentiste.

Saignement des gencives au brossage ou au passage de la soie dentaire

Si vous venez de commencer à utiliser la soie dentaire, il est normal que les gencives saignent légèrement. Mais si elles saignent presque chaque fois que vous vous brossez les dents ou utilisez la soie dentaire, consultez votre dentiste.

Dent qui branle légèrement

Un coup à la mâchoire ou une infection de la gencive peut en être la cause. Quoi qu'il en soit, c'est grave. Vous devriez consulter votre dentiste.

Bouche sèche

Beaucoup de médicaments ont l'effet indésirable d'assécher la bouche, de

même que les changements hormonaux (ou ménopause). Puisque cela peut aggraver les problèmes dentaires, parlez-en à votre dentiste.

Bouche douloureuse

Il se peut que vos prothèses soient mal ajustées ou que vous ne les ayez pas enlevées avant d'aller vous coucher. Certaines femmes âgées connaissent le «signe de régurgitation acide». Un régime alimentaire déséquilibré peut en être également la cause.

Saignement sans raison

-Lésions buccales qui ne guérissent pas au bout de 7 à 10 jours

-Taches blanches ou rouges dans la bouche

-Engourdissement de la bouche et douleur

-Il peut s'agir d'un cancer de la bouche. Consultez votre dentiste tout de suite.

Dents sensibles :

-Au chaud

-Au froid

-Au sucre

-À la pression

Cette sensibilité peut se développer subitement ou graduellement avec le temps et indique, dans la plupart des cas, un problème. Consultez votre dentiste.

UNE NOUVELLE CLINIQUE différente, moderne et accueillante



UNE APPROCHE GLOBALE pour une santé bucco-dentaire intégrale

Centre dentaire
ISABELLE VEILLEUX
CHIRURGIENS DENTISTES

Dr Danick Mailhot • Dre Isabelle Veilleux



Prenez
rendez-vous
819 373-4545

SITUÉ AU CENTRE **MÉDI FUSION** 7110, rue Marion, Trois-Rivières - medifusion.ca



Un spécialiste pour vous !

L'orthodontiste est un spécialiste dans le diagnostic, la prévention et le traitement des irrégularités dentaires et faciales. Tous les orthodontistes sont d'abord dentistes, mais seulement un faible pourcentage des dentistes pourra poursuivre les études supérieures qui conduisent à l'obtention du titre d'**orthodontiste**.

L'orthodontiste n'offre que les services reliés à sa spécialité. Cependant, il travaille

conjointement avec le dentiste traitant et il interagit avec d'autres spécialités afin d'offrir un service complet et professionnel.

Lorsque nous pensons orthodontie, nous pensons adolescents ! Effectivement, la plupart des traitements d'orthodontie débutent entre 9 et 14 ans, mais dès l'âge de 7 ans l'enfant a des dents d'adulte et il est alors souhaitable de consulter afin de poser un diagnostic.



L'orthodontiste peut déceler des problèmes subtils de croissance des mâchoires et d'éruption des dents alors que les dents primaires sont encore présentes. C'est important parce que certains problèmes

d'orthodontie sont plus faciles à corriger en bas âge. Il pourrait aussi vous être suggéré d'attendre et il vous sera alors proposé des rencontres pour surveiller la croissance des mâchoires et l'éruption des

dents.

Afin d'obtenir les meilleurs résultats il y a un moment propice pour débuter un traitement pour chacun des patients. L'orthodontiste est le spécialiste qui a les connaissances et l'expérience requise pour déterminer ce meilleur moment ainsi que les meilleures techniques pour intervenir.

Enfin, un traitement d'orthodontie est tout à fait possible pour les adultes. De nouvelles techniques, des appareils et des matériaux moins visibles permettent d'obtenir d'excellents résultats.

Pour vérifier si le professionnel qui vous propose un traitement a les compétences requises et reconnues, vous pouvez vérifier sur le site Web de l'Ordre des dentistes du Québec (www.odq.qc.ca).
Source : Dr Louis Cadotte et Dr Jean-Pierre Perron

Pourquoi attendre le prince charmant... Confiez votre sourire à un spécialiste.

À votre service depuis **10 ans**

Dr Louis Cadotte orthodontiste Le seul spécialiste **invisalign**

925, rue Laviolette, bureau 202
Trois-Rivières
819 379-6626

À votre service depuis **30 ans**

ORTHODONTISTE

Jean-Pierre Perron, D.M.D.

5065, boul. des Forges
Trois-Rivières
819 373-4480

Les urgences dentaires

Voici les urgences dentaires les plus courantes et comment y remédier.

Maux de dents

Appelez votre dentiste. Expliquez-lui les symptômes et demandez-lui qu'il vous examine le plus tôt possible. Calmez la douleur. Obtenez un médicament contre la douleur en vente libre qui vous fait le plus effet, mais surtout n'appliquez pas les comprimés directement sur la dent douloureuse. Tenez une compresse de glace sur votre visage, à l'endroit sensible.

N'appliquez pas d'objets chauds sur la mâchoire (coussin chauffant, bouillotte, etc.). Cela ne ferait qu'empirer les choses.

Dent ébréchée ou brisée

Il y a presque toujours moyen de sauver une dent cassée. Appelez votre dentiste et expliquez-lui ce qui est arrivé. Il vous fixera un rendez-vous tout de suite. Si la dent n'est que légèrement cassée, votre dentiste peut la restaurer dans sa couleur naturelle (obturation esthétique). Si elle l'est gravement, il faudra peut-être faire un traitement de canal et la recouvrir d'une couronne.

Dent délogée accidentellement

Si vous perdez une dent permanente à la suite d'un accident, il se peut que votre dentiste puisse la remettre en place, mais il faut faire vite. Si la dent est réimplantée dans les 10 minutes, il y a de fortes chances qu'elle reprenne racine. Après 2 heures, les chances sont maigres.

Si la dent apparaît propre, remettez-la en place (dans son alvéole). S'il y a des chances que la dent soit avalée, placez-la dans un contenant de lait froid.

Rendez-vous chez votre dentiste, ou le dentiste le plus proche, tout de suite. Si vous obtenez des soins professionnels dans les 10 prochaines minutes, vous avez de bonnes chances qu'on puisse réimplanter la dent.

Sérieuse morsure aux lèvres ou à la langue

Presser un linge propre sur la morsure pour arrêter le saignement. S'il y a enflure, appliquer une compresse froide. Si le saignement persiste, se rendre au service d'urgence d'un hôpital.



Objet coincé entre les dents

D'abord essayer de retirer l'objet avec de la soie dentaire en y allant délicatement et en faisant bien attention. Ne jamais se servir d'une épingle ou d'un objet pointu; ils pourraient blesser la gencive ou égratigner la surface des dents. Si l'objet ne peut être délogé, voir le dentiste.

Perte d'une obturation (amalgame)

Protéger temporairement la dent en bouchant la cavité avec de la gomme sans sucre (une gomme sucrée causera sans doute de la douleur). Voir le dentiste dans les plus brefs délais.
Source : Association dentaire canadienne



Ce que vous devez savoir sur les ponts et prothèses

Les dentistes sont d'avis que rien ne vaut les dents naturelles. C'est pourquoi, ils feront tout leur possible pour que vous conserviez les vôtres. Or, parfois, une dent se trouve gravement endommagée ou bien manquante.

Heureusement, il est possible d'y remédier avec les ponts ou les prothèses.

Les ponts

Si une dent manque, il est important de la remplacer avec une fausse dent (ou dent artificielle) dès que possible. Cela empêchera les dents qui restent de se désaligner et de causer d'autres problèmes.

Le pont, aussi appelé «pont fixe» ou «prothèse partielle fixe», est fixé de façon permanente aux dents saines voisines et remplace une ou plusieurs dents.

La procédure

Étape 1

Le dentiste prépare les 2 dents adjacentes à la dent manquante de façon à recevoir une couronne.



Étape 2

La dent de remplacement et les 2 couronnes sont fabriquées sur mesure au labora-

toire, en une seule pièce.

Étape 3

Le dentiste place le pont

de façon permanente en le cimentant aux 2 dents saines adjacentes.

Le pont devrait durer environ 10 ans si vous en prenez bien soin. Votre dentiste vous montrera comment utiliser un enfleur de soie pour passer la soie autour de la dent artificielle au centre du pont.

Les prothèses

Il existe deux types de prothèses - les prothèses partielles et les prothèses complètes. Elles sont toutes fabriquées en laboratoire, à l'aide d'un moule (ou d'une empreinte) de la bouche.

La prothèse partielle (ou prothèse partielle amovible) est retenue par des crochets qui s'agrippent aux dents saines voisines. Elle remplace une ou plusieurs dents et doit être enlevée pour la nuit et le nettoyage. On peut y recourir quand les dents voisines ne sont pas suffisamment solides pour supporter un pont ou quand beaucoup de dents manquent.

La prothèse complète (ou dentier complet, ou fausses dents) remplace toutes les dents naturelles manquantes.

Il est tout aussi important de prendre soin des prothèses que des dents naturelles qu'elles remplacent.

Voici comment faire

Étape 1 : Nettoyez-les tous les jours.

La plaque s'accumule sur les prothèses tout aussi facilement que sur les dents naturelles, à moins qu'elle ne soit enlevée des prothèses. Elle peut

s'étendre aux dents naturelles et aux gencives, les rendant ainsi susceptibles à la carie et aux maladies de gencive.

Étape 2 : Enlevez-les tous les soirs.

Brossez-vous bien les dents et les gencives avec une brosse à poils doux. Veillez à nettoyer et à masser les gencives. Si la brosse à dents vous irrite, passez-la sous l'eau chaude pour adoucir les poils ou essayez un linge propre humidifié enveloppé autour du doigt.

Étape 3 : Faites-les tremper toute la nuit.

Faites-les tremper dans de l'eau tiède, une solution tiède (moitié eau moitié vinaigre blanc) ou un produit nettoyant pour prothèses. Ceci ramollit la plaque et le tartre qui sont ensuite plus faciles à enlever au brossage. Brossez et rincez vos prothèses avant de les remettre en place. Si les prothèses ont des crochets de métal, ne les trempez que dans de l'eau tiède.

Étape 4 : Faites-vous examiner par votre dentiste régulièrement.

Comme la bouche change constamment, il faudra rajuster les prothèses de temps à autre pour veiller à ce qu'elles conviennent toujours. Si vous avez une prothèse partielle, l'examen vous permettra de savoir si vous prenez bien soin de vos dents naturelles et de vos gencives.

Source : Association dentaire canadienne

Le traitement de canal

Lorsque le nerf de votre dent est infecté, un traitement de canal réussi vous permet de conserver votre dent plutôt que de devoir la faire extraire. En conservant votre dent naturelle, vous empêchez que les autres dents perdent leur alignement et causent des problèmes à la mâchoire. Vous évitez également de la faire remplacer par une dent artificielle.

Qu'est-ce que le traitement de canal?

Le traitement de canal, également appelé traitement endodontique, consiste à retirer de la dent la pulpe infectée, endommagée ou morte. L'espace situé à l'intérieur des couches dures de la dent s'appelle le canal. Ce dernier est rempli

d'un tissu mou appelé pulpe dentaire. Ce tissu renferme les nerfs et les vaisseaux sanguins qui permettent à la dent de se développer. Les bactéries (microbes) qui pénètrent dans votre dent par des caries profondes, des fissures ou des obturations endommagées peuvent entraîner la formation d'un abcès. C'est l'infection de la pulpe dentaire qui est à l'origine de cet abcès. Dans ce cas, la pulpe doit être enlevée. L'abcès peut causer une douleur ou une inflammation. Votre dentiste peut détecter l'infection à partir d'une radiographie dentaire ou en observant d'autres changements sur votre dent. En l'absence de traitement, l'abcès peut entraîner de graves problèmes de santé buccodentaire.

Service d'orthodontie

Dr. Gilles



Lamarre
dentiste généraliste



Toujours
Près de chez vous

Succursales
Shannon / Charlesbourg
Trois-Rivières / Victoriaville
Montmagny



4697, route Fossambault
Ste-Catherine-de-la Jacques-Cartier

Téléphone: 418 875-1991
Sans frais: 1 877 717 1991

www.orthogl.com



Établie
depuis
50 ans



POUR DES PROTHÈSES COMME
VOUS N'EN AVEZ JAMAIS EU.

CLINIQUE
DE DENTUROLOGIE DUGRÉ

PROFITEZ DE NOTRE GRANDE EXPÉRIENCE POUR LA
FABRICATION DE VOS PROTHÈSES SUR IMPLANTS.

DENTUROLOGISTES

André Dugré, d.d.

Guy Dugré, d.d.

Christian Dugré, d.d.

www.denturologistedugre.ca

Réparations - Urgences

819 375-7958

3625, rue Papineau, Trois-Rivières



Le dentiste Partenaire de votre santé

Le dentiste fournit des soins de la bouche et des dents. À l'aide d'examen, ce professionnel de la santé veille à la prévention, au dépistage, au diagnostic et au traitement des déficiences, des anomalies et des blessures de la dentition, de la bouche, des mâchoires et des gencives. Il peut également prescrire des médicaments.

En plus d'administrer des soins préventifs, le dentiste peut être appelé :

- à réaliser des interventions pour restaurer les dents endommagées
- à pratiquer des interventions chirurgicales sur la gencive et sur l'ossature des mâchoires
- à remplacer des dents manquantes à l'aide de ponts, de prothèses partielles ou complètes et d'implants

La majorité des dentistes québécois exercent en cabinet privé; certains travaillent dans le secteur public, notamment en milieu hospitalier et dans le champ de la prévention et de la santé dentaire communautaire.

D'autres dentistes optent pour une carrière dans le domaine de l'administration, de la recherche ou de l'enseignement, notamment au sein des facultés de médecine dentaire.

L'exercice de la profession de dentiste est régi par l'Ordre des dentistes du Québec.

Formation

Au Québec, il faut quatre



ou cinq années d'études pour obtenir un doctorat en médecine dentaire, selon l'université fréquentée. Le dentiste peut ensuite choisir de faire des études supérieures dans l'une des spécialités de la médecine dentaire reconnues par l'Ordre des dentistes du Québec.

Pour exercer la médecine dentaire au Québec, un dentiste doit détenir un diplôme d'une université québécoise ou encore un diplôme ou une formation obtenus hors du Québec, mais reconnus par l'Ordre. Il doit aussi réussir l'examen de l'Ordre pour obtenir son permis d'exercice.

Les 10 spécialités reconnues

- Chirurgie buccale et maxillo-faciale
- Dentisterie pédiatrique
- Endodontie
- Médecine buccale
- Orthodontie
- Parodontie

- Pathologie buccale et maxillo-faciale
- Prothodontie
- Radiologie buccale et maxillo-faciale
- Santé dentaire communautaire

Qu'ils soient généralistes ou spécialistes, les dentistes peuvent accomplir tous les actes qui relèvent de la médecine dentaire.

Toutefois, avant d'entreprendre un traitement, le dentiste doit tenir compte des limites de ses aptitudes, de ses connaissances et des moyens dont il dispose. Il peut également recommander un patient à un dentiste généraliste ou spécialiste. On peut consulter un dentiste spécialiste sans avoir de recommandation.

Les spécialistes

Le chirurgien buccal et maxillo-facial fournit des soins chirurgicaux plus poussés que

ceux de la dentisterie traditionnelle, par exemple lorsqu'une personne a subi un accident ou présente des défauts ou des malformations de la mâchoire et des os du visage.

Le dentiste pédiatrique se spécialise dans le diagnostic, la prévention et le traitement des maladies, des anomalies et des accidents buccodentaires chez les enfants, de la naissance à l'adolescence.

Le dentiste spécialisé en santé communautaire se consacre au développement et à la gestion des programmes communautaires de santé dentaire publique.

L'endodontiste s'intéresse notamment aux traitements relatifs à la chambre pulpaire, soit la cavité centrale de la dent contenant la pulpe dentaire, les nerfs et les vaisseaux, et aux canaux radiculaires, qui transportent les vaisseaux sanguins et les nerfs vers la pulpe de la dent. Il est le spécialiste du traitement de canal.

L'orthodontiste voit au diagnostic, à la prévention et à la correction des anomalies de position des dents et des os pouvant causer des malocclusions (malposition des dents), soit les déviations du contact des dents, dans un but fonctionnel et esthétique. Il est le spécialiste des appareils correcteurs fixes, communément appelés «broches», et des appareils correcteurs amovibles.

vibles.

Le parodontiste est le spécialiste du diagnostic et du traitement des maladies des gencives et de l'os qui supporte les dents.

Le pathologiste buccal et maxillo-facial se consacre au diagnostic clinique et microscopique, à la gestion et au traitement principalement non chirurgical des maladies et des problèmes physiologiques ayant des manifestations au niveau de la bouche ou de la mâchoire.

Le prosthodontiste restaure ou remplace les dents naturelles au moyen, notamment, de prothèses, de facettes, d'implants, de couronnes et de ponts qu'il conçoit et pose.

Le radiologiste buccal et maxillo-facial se spécialise dans l'interprétation d'images obtenues à l'aide de diverses technologies d'imagerie en vue d'établir un diagnostic radiologique des maladies de la cavité buccale, des mâchoires et du visage.

Le spécialiste en médecine buccale est l'expert du diagnostic et du traitement non chirurgical des maladies et des lésions de la bouche ainsi que du mauvais fonctionnement de l'appareil de la mastication (articulations, muscles, occlusion des dents, langue, etc.).

Source :
Ordre des dentistes
du Québec

Quelques conseils pour les enfants

Éruption des dents

Les dernières dents primaires (dents de lait) terminent leur éruption entre 20 mois et 33 mois et celles-ci demeureront en bouche jusqu'à l'âge de 11 ou 12 ans. Les dents primaires jouent un rôle important pour la dentition permanente car elles préparent et préservent

l'emplacement de celle-ci jusqu'à l'éruption qui s'échelonne entre 6 ans et 13 ans.

Brossage

Le brossage des dents doit être effectué au moins deux fois par jour, à l'aide d'une brosse aux soies souples et d'un dentifrice au fluorure (la



ter le brossage car l'enfant n'acquiert la dextérité requise que vers l'âge de 6 ans et parfois même 8 ans ! L'enfant de moins de 6 ans doit toujours être accompagné d'un adulte lorsqu'il brosse ses dents afin de garantir que chaque surface est nettoyée et pour s'assurer que l'enfant n'avale pas de dentifrice et qu'il rince adéquatement sa bouche.

Soie dentaire

Certains enfants ont les dents espacées et d'autres ont les dents plus serrées. Aucune brosse à dents ne peut nettoyer convenablement lorsque deux dents sont en contact. La carie pouvant s'y développer, seule la soie dentaire permettra de compléter ces endroits que la brosse n'atteint pas. Pour ce faire, au moins une fois par jour, votre enfant aura besoin de votre aide et ce, jusqu'à ce qu'il ait l'habileté requise. Plus tôt on débute la technique de la soie dentaire, meilleure sera la dextérité et plus rapidement serez-vous enclin à inclure cette excellente habitude,

essentielle à la santé dentaire, dans la routine quotidienne.

Visite chez l'hygiéniste dentaire et le dentiste

Votre enfant devrait poursuivre ses visites chez l'hygiéniste dentaire et le dentiste tous les six ou douze mois, selon la fréquence établie pour assurer un suivi optimal, selon ses besoins. Il est toujours bon de bien préparer l'enfant avant la visite : les livres d'histoire et les jeux de rôle vous y aideront. Préférez un rendez-vous le matin car l'enfant est à ce moment bien reposé.

Les visites se composeront principalement d'un polissage des dents, d'une application de fluorure et des conseils personnalisés de l'hygiéniste dentaire ainsi que de la planification des traitements requis suite au diagnostic du dentiste. Certains soins dentaires sont couverts par la Régie de l'assurance maladie du Québec.

Consultez : Les services dentaires de la RAMQ
Source : Ordre des hygiénistes dentaires du Québec

Dr Guy Bélanger D.M.D.
CHIRURGIEN DENTISTE

<input type="checkbox"/> SOINS DENTAIRES COMPLETS POUR TOUTE LA FAMILLE	<input type="checkbox"/> HYGIÈNE, PRÉVENTION, SOINS DES GENÇIVES
<input type="checkbox"/> PROTHÈSES PARTIELLES ET COMPLÈTES	<input type="checkbox"/> TRAITEMENT DE BLANCHIMENT
<input type="checkbox"/> URGENCES	

À 10 MINUTES DU CENTRE-VILLE
POLYCLINIQUE 55
4825, rue Bouvet, Saint-Grégoire

819 233-3040

DEPUIS 1985
QUALITÉ RECONNUE ET
APPROCHE PERSONNALISÉE



Le brossage et l'utilisation de la soie dentaire L'ABC du brossage



Les soins dentaires quotidiens sont essentiels au maintien d'une bonne santé buccodentaire. Le brossage et l'utilisation régulière de la soie dentaire en sont les éléments clés.

Il est recommandé de se brosser les dents au moins deux fois par jour, le matin et le soir, idéalement après chaque repas.

Comment choisir une brosse à dents

- Opter pour une brosse à dents à tête compacte et arrondie qui permet d'atteindre facilement toutes les surfaces des dents.

- Choisir une brosse à soies souples ou extra souples afin de préserver l'émail des dents et de protéger les gencives.

- Vérifier si le manche permet une prise confortable.

- Remplacer la brosse à dents ou l'embout de votre brosse à dents électrique quand les soies se courbent ou quand une couche blanchâtre s'accumule à la base des soies (en général tous les trois mois).

Brosse manuelle ou électrique ?

Le temps accordé au brossage et l'emploi d'une bonne technique importent davantage que le type de brosse à dents utilisé. Si on opte pour une brosse électrique, il est préférable de choisir un modèle à tête remplaçable fonctionnant par mouvements d'oscillation et de pulsation.

Le dentifrice

Employé avec la brosse à dents, le dentifrice contribue à enlever la plaque dentaire, les taches superficielles et les débris d'aliments sur la surface des dents, des gencives et de la langue dans un but cosmétique, préventif et thérapeutique. **Le dentifrice se présente sous trois formes** : en pâte, en gel et en combinaison de pâte et de gel.

La soie dentaire

La soie dentaire permet de déloger la plaque qui se trouve entre les dents et qu'on ne peut pas atteindre avec la brosse à dents. C'est pourquoi il est important d'utiliser la soie dentaire tous les jours, de préférence le soir avant le coucher.

La plaque dentaire est une pellicule invisible qui colle et s'accumule sur les dents tous les jours. Lorsque la plaque n'est pas enlevée quotidiennement, elle se calcifie et forme un dépôt dur – ou tartre – qui s'accumule avec le temps. L'accumulation de plaque et de tartre peut engendrer une maladie des gencives (gingi-

vite) et de l'os qui supporte les dents (parodontite). Le tartre ne peut être délogé que par un nettoyage chez le dentiste.

Il arrive parfois que les gencives saignent quand une personne commence à utiliser la soie dentaire. Si le saignement ne s'arrête pas après quelques jours, il faut consulter un dentiste, puisque le premier signe d'une gingivite est le saignement lors du brossage ou de l'utilisation de la soie dentaire.

Il est important d'utiliser la soie dentaire même si on porte un appareil orthodontique, ou qu'on a les dents espacées ou qu'on porte un pont fixe.

Lorsque les espaces sont assez grands entre les dents, la brossette interdentaire peut remplacer la soie et faciliter le nettoyage entre les molaires.

Le rince-bouche

Bien que l'emploi d'un rince-bouche antimicrobien puisse contribuer à réduire la quantité de bactéries présentes dans la bouche, l'utilisation d'un rince-bouche seul n'est pas recommandé, puisqu'il n'est jamais aussi efficace que l'emploi jumelé de la brosse à dents et de la soie dentaire.

De plus, les rince-bouche qui contiennent de l'alcool peuvent

dessécher les muqueuses, ce qui peut entre autres causer la mauvaise haleine.

Le brossage

Mettre environ 1 cm de dentifrice sur la brosse.

Placer la brosse dans un angle de 45 degrés, les poils placés sous le rebord des gencives, à la base des dents.

Brosser les dents pendant au moins deux minutes.

Exécuter délicatement un mouvement rotatif de faible intensité avec la brosse.

Nettoyer toutes les surfaces de la dent.

Brosser la langue.

Rincer la brosse à dents et la laisser sécher à l'air libre.

Attention au brossage trop vigoureux des dents : il peut contribuer à l'irritation et au déchaussement des dents et, avec le temps, user les dents.

Soie : mode d'emploi

Couper un fil de soie d'au moins 30 cm.

L'enrouler autour des majeurs et en laissant environ cinq centimètres de fil entre les mains.

Glisser la soie entre les dents et former un demi-cercle sous la gencive, à la base de la dent. Nettoyer les deux côtés de chaque dent, sans oublier l'arrière des molaires. Répéter jusqu'à ce qu'il n'y ait plus de particules d'aliments entre les dents.

Le nettoyage professionnel

Même si on maintient une bonne hygiène buccodentaire, il faut tout de même aller chez le dentiste pour un nettoyage dentaire complet.

Cette procédure permet : d'adoucir et de nettoyer les surfaces des dents et des obturations d'enlever le tartre et la plaque, car ils peuvent causer des maladies des gencives d'enlever les taches sur les dents

Le nettoyage professionnel est donc un complément nécessaire aux soins d'hygiène buccodentaire à la maison, soit le brossage et l'utilisation de la soie dentaire.

Source : **Ordre des dentistes du Québec**

Renseignez-vous sur nos traitements en implantologie SANS GREFFE OSSEUSE.



CLINIQUE
Maxillo-Mauricie

Spécialistes en chirurgie buccale
et maxillofaciale et implantologie

2915, rue Gagnon, Trois-Rivières

info@maxillomauricie.com

819 378-4353

www.maxillomauricie.com



Une équipe à votre service...
Dr Hervé Wilson, Dre Annie Quesnel,
Dr Max Miller et Dr Olivier Handfield

3180889



Les nouvelles approches en orthodontie

Tous les domaines de la médecine dentaire ont été grandement influencés par la technologie ces dernières années et l'orthodontie n'a pas fait exception. Le diagnostic et la mise en place des appareils orthodontiques ont été grandement améliorés grâce à l'informatique. Une meilleure compréhension des mouvements dentaires et des forces requises a entraîné des changements dans les techniques

de traitement, pour des résultats orthodontiques meilleurs, plus rapides et surtout plus confortables pour nos patients. Je vais exposer brièvement les avantages des différentes innovations en orthodontie, que les gens intéressés par un traitement devraient connaître...

Les traitements orthodontiques au moyen de coquilles transparentes

Le système orthodontique

Invisalign a connu une évolution impressionnante ces dernières années et offre maintenant une alternative esthétique amovible et confortable pouvant être utilisée dans un nombre grandissant de traitements orthodontiques.

Tous les domaines de la médecine dentaire ont été grandement influencés par la technologie ces dernières années et l'orthodontie n'a pas fait exception

Le mouvement dentaire est créé par des coquilles de plastique transparentes remplacées environ aux deux semaines durant le traitement. Très intéressant pour les cas plus mineurs, notamment chez l'adulte, ce système permet de visualiser avant même le début du traitement quels seront le résultat et l'apparence finale du sourire. Il n'est cependant pas recommandé dans tous les cas. De plus, il faut souvent recourir à un appareil orthodontique fixe (des broches!!!) pour un résultat optimal. Là aussi les dernières innovations sont très intéressantes...

Le positionnement des appareils orthodontiques fixes par informatique

Le système Insigna permet de maximiser l'efficacité d'un traitement orthodontique en le personnalisant au maximum au patient à traiter. Grâce à une empreinte très précise de la bouche, le praticien peut numériser un modèle des dents et réaliser la planification du traitement orthodontique sur l'ordinateur. Une fois le plan de traitement clairement établi, les boîtiers orthodontiques et les fils sont fabriqués sur mesure. La position des boîtiers est reproduite fidèlement en bouche et le patient bénéficie d'un traitement optimal, prévisible et plus rapide.

L'orthodontie a changé. Nous traitons maintenant des gens de 7 à 77 ans qui veulent améliorer leur santé dentaire et obtenir des dents droites pour sourire, parler et manger efficacement toute leur vie!

Source: Dr Martin Lemay dmd

ALIGNER VOS DENTS SANS ORTHODONTIE FIXE

(BROCHES)



Vérifiez si Invisalign est pour vous!



OBTENEZ UNE CONSULTATION SANS FRAIS

valeur de
32\$

3 JOURS SEULEMENT : 19 AVRIL, 3 ET 17 MAI

Les places sont limitées, prenez rendez-vous dès maintenant!

Dans le cadre du **mois de la santé dentaire**, nous vous offrons de vérifier si votre problème orthodontique peut être traité avec Invisalign.

- Appareil très discret, quasi invisible.
- Traitement rapide, souvent moins d'un an.
- Amovible et abordable!

Si ce traitement n'est pas indiqué dans votre cas, nous vous présenterons les options qui s'offrent à vous en orthodontie conventionnelle.

www.lemayaclairstdube.com/invisalign

819 373-8636



CENTRE DENTAIRE
Lemay Auclair Dubé



Dr Renée Auclair
Dr Martin Lemay
DENTISTES GÉNÉRALISTES

3910, boul. des Forges, bureau 100, Trois-Rivières Même centre commercial que le Végétarien, derrière la Banque Nationale