



Dentition saine



Les dents sont très importantes pour le bien-être et la santé. Des dents saines sont indispensables non seulement pour le bon développement de la fonction de mastication, mais permettent aussi un sourire éclatant.

Premiers secours en cas de dent cassée

Si votre enfant s'est cassé une dent, a perdu une dent ou a une dent qui bouge à la suite d'une chute ou d'un coup, il est possible de sauver cette dent.

Ne saisissez jamais la dent par la racine et ne la nettoyez pas.

La racine dentaire ne doit pas se dessécher. Transportez la dent ou le morceau de dent cassé dans une boîte de sauvetage de dents (en vente dans toutes les pharmacies) ou dans un peu de lait (UHT). Il est également possible de la conserver durant un court laps de temps (30 min. max.) dans de la salive ou de l'eau, si rien d'autre n'est disponible.

Informez immédiatement votre dentiste ou adressez-vous à la Schulzahnklinik.

► **Caries**

Les caries résultent de la présence simultanée de certaines bactéries et de sucre dans la bouche, ce qui provoque des «trous» dans les dents. Les dents de lait peuvent déjà être endommagées par des caries. Ces caries ne sont pas éliminées avec la chute des dents de lait, mais sont au contraire transmises aux dents définitives. Il est par conséquent très important de veiller à une bonne hygiène buccale déjà chez les jeunes enfants.

► **Prévention par un brossage régulier des dents**

Une bonne hygiène buccale est nécessaire afin d'éviter l'apparition de caries. Pour cela, il faut se brosser les dents au moins deux fois par jour avec un dentifrice fluoré, après les repas principaux. Veillez à ce que les collations prises entre les repas soient sans sucre. Comme boisson, privilégiez l'eau ou du thé non sucré. Plus des résidus de sucre liés à des repas ou à des boissons sucrés restent longtemps dans la cavité buccale, plus la probabilité est élevée que les dents soient rongées par des caries. Il est également important d'aider les enfants à se brosser les dents jusqu'à l'âge d'environ huit ans et de donner le bon exemple.

► **Conseils pour une alimentation ménageant les dents**

- Éviter les collations et les boissons sucrées ou se brosser ensuite les dents!
- De nombreux types de sucres, tels que le fructose contenu dans les jus de fruits, peuvent provoquer des caries.
- Achetez uniquement des friandises qui portent le label «Sympadent».
- Ne récompensez pas votre enfant par des sucreries. Il pourrait s'y habituer.
- Utilisez du sel enrichi en fluor pour cuisiner.

► **Prévention par des contrôles dentaires**

Les dentistes recommandent l'utilisation de la brosse à dents dès que la première dent a percé. Les premiers contrôles dentaires peuvent se faire une fois par an, à titre gratuit, à l'âge de deux, trois et quatre ans. La Schulzahnklinik ainsi que les pédiatres remettent des bons pour ces contrôles dentaires gratuits. À partir du jardin d'enfants et jusqu'à la 9^e année, les enfants sont examinés chaque année par un médecin-dentiste scolaire à Bâle-Ville.

► **Adresses importantes**

Schulzahnklinik Basel: 061 267 25 25, www.uzb.ch
Schulzahnpraxis Riehen und Bettingen: 061 641 68 00
Zahnärztlicher Notfalldienst: 061 261 15 15