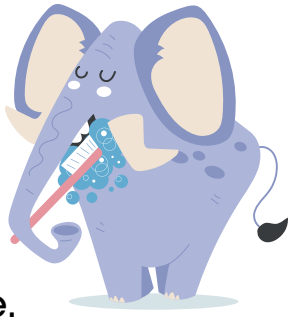


Votre enfant présente un risque carieux élevé

Dans un premier temps, nous devons réaliser un bilan complet sur les habitudes de brossage et d'alimentation. Nous mettrons en place, ensemble, des mesures de prévention pour s'assurer d'un résultat stable sur le long terme.

Pourquoi ?



La bouche contient de façon normale des bactéries.
A chaque fois qu'un aliment passe en bouche, les bactéries en mangent une partie et sécrètent de l'**acide** pendant 1 heure.

Si ces périodes d'acidité sont trop fréquentes, certaines parties des dents se déminéralisent, deviennent «molles».
Les bactéries viennent s'y installer : c'est une carie.

Les 2 principales causes des caries sont :



- Les bactéries ont trop souvent à manger : grignotage et/ou boissons sucrées en excès.
- Les bactéries sont trop nombreuses : le brossage des dents n'est pas assez fréquent et/ou la méthode pas assez efficace.

Comment diminuer le risque carieux et éviter les caries ?

1 - Modifier l'alimentation

- Pas de grignotage en dehors des 4 repas
- Limiter les aliments collants (céréales, caramel, …)
- Boire que de l'eau. Toutes les boissons autre que l'eau sont sucrées et/ou acides, à consommer occasionnellement
- Pas de lait au coucher (après 6 mois et au plus tard 1 an)

2 - Contrôler le brossage

3 - Impliquer toute la famille

Pour éviter des caries, toute la famille doit suivre les mêmes règles inculquées à l'enfant au niveau de l'alimentation et le brossage : parents, grands-parents, frères, soeurs.

Pourquoi soigner les dents des enfants

- Pour qu'il puisse mieux manger
- Pour qu'il puisse sourire
- Pour qu'il puisse bien grandir
- Pour qu'il ne souffre pas
- Pour sa santé bucco-dentaire future
- Pour sa santé générale

«Il a des caries car on a de mauvaises dents dans la famille»

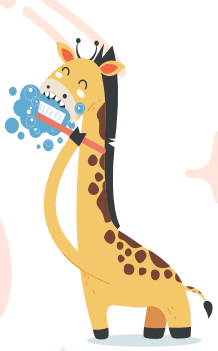
La cause des caries est la même pour tous : grignotage, boissons sucrées et/ou brossage pas assez fréquent ou pas assez efficace.
Certains facteurs «héréditaires» entrent en jeu mais ils sont beaucoup moins importantsque l'alimentation et/ou le brossage.

Quelle brosse ?

- Avec une petite tête, adaptée à l'âge de l'enfant
- Souple

Quel dentifrice ?

- **0 à 3 ans :** une simple trace de dentifrice **fluoré à 1 000 ppm**.
- **3 à 6 ans :** une quantité équivalente à un petit pois de dentifrice **fluoré à 1 000 ppm**.
- **À partir de 6 ans :** dentifrice **fluoré à 1450 ppm.**



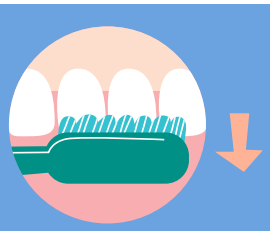
Comment brosser ?

Avant 9 ans avec une méthode simple à comprendre et à appliquer. Il faut expliquer et répéter à l'enfant qu'il y a 3 «côtés» à brosser :

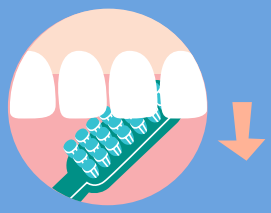
- Le «**dessus**» : le côté avec lequel on mâche les aliments.
- Le «**dehors**» : ce qui est vers les lèvres et vers les joues.
- Le «**dedans**» : ce qui est vers la langue et le palais.



Après 9 ans

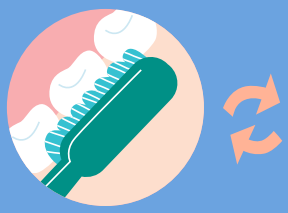


1 Brossez haut et bas séparément

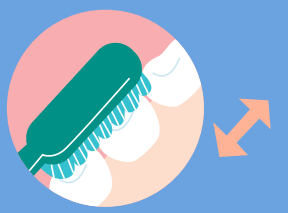


2 Rouleau ou mouvement rotatif pour brosser dents et gencives **du rose vers le blanc**





3 Oblique : on incline la brosse à 45° sur la gencive



4 Suivez un trajet pour faire le tour de toutes l es dents sans oublier le dessus

Qui brosse les dents ?

0 - 2 ans : le nettoyage commence dès que les premières dents sont là. Initialement, une simple compresse humide. Vers 18 mois, l'enfant veut imiter Papa et Maman : on achète la 1ère brosse.

3 - 5 ans : l'enfant brosse selon ses capacités, puis un parent termine toujours le brossage.

6 - 9 ans : l'enfant peut assurer seul le brossage si un réel apprentissage a été effectué auparavant. Les parents vérifient chaque jour que le brossage a été fait et régulièrement que la méthode de brossage soit bonne.

9 - 12 ans : les parents surveillent et «stimulent» l'enfant.



Comment puis-je «préparer» mon enfant pour une consultation ou un soin



Le bien-être de votre enfant est fondamental. Pour vous, pour lui, pour nous.

1 - Avant la visite : rester simple

Donnez à votre enfant une information **simple et brève** :

«Demain, nous irons voir le dentiste, c'est le docteur des dents. Il va regarder dans ta bouche pour voir si tout est joli : ça sera rigolo !»

Des explications trop longues ou trop fréquentes vont forcément inquiéter votre enfant :

Si Papa ou Maman parlent tant du dentiste, c'est que ça doit être très difficile !

Ayez à l'esprit que **votre enfant est l'éponge de vos sentiments** : l'anxiété se communique très facilement de parent à enfant. Heureusement, la sérénité aussi !

2 - Le choix des mots

Un enfant analyse les phrases d'une façon très différente d'un adulte. Il entend notamment beaucoup moins les négations et attache plus d'importance au choix des mots.

- Si vous dites à votre enfant :

  «N'aie pas peur ! Il y aura juste une toute petite piqûre, ça fera pas mal du tout.»

- Il entendra :

  «N'aie pas PEUR ! Il y aura juste une toute petite PIQURE, ça fera pas MAL du tout.»

3 - Aider mon enfant pendant un soin

Pour le soin d'un enfant anxieux, le praticien connaît les techniques de communication qui pourront apaiser votre enfant. Pour mettre en place ces techniques, **le praticien ainsi que l'assistante doivent être les seuls et uniques centres d'attention de votre enfant.** Votre présence, votre regard et votre sourire suffisent à détourner cette attention.