



Une bonne santé dentaire pour une nutrition de qualité




Docteur Jean-Charles Vigneau, Chirurgien-dentiste
Président de l'Union Française pour la Santé Bucco-Dentaire de la Haute-Garonne (UFSBD 31)

Votre dentiste complice de votre sourire

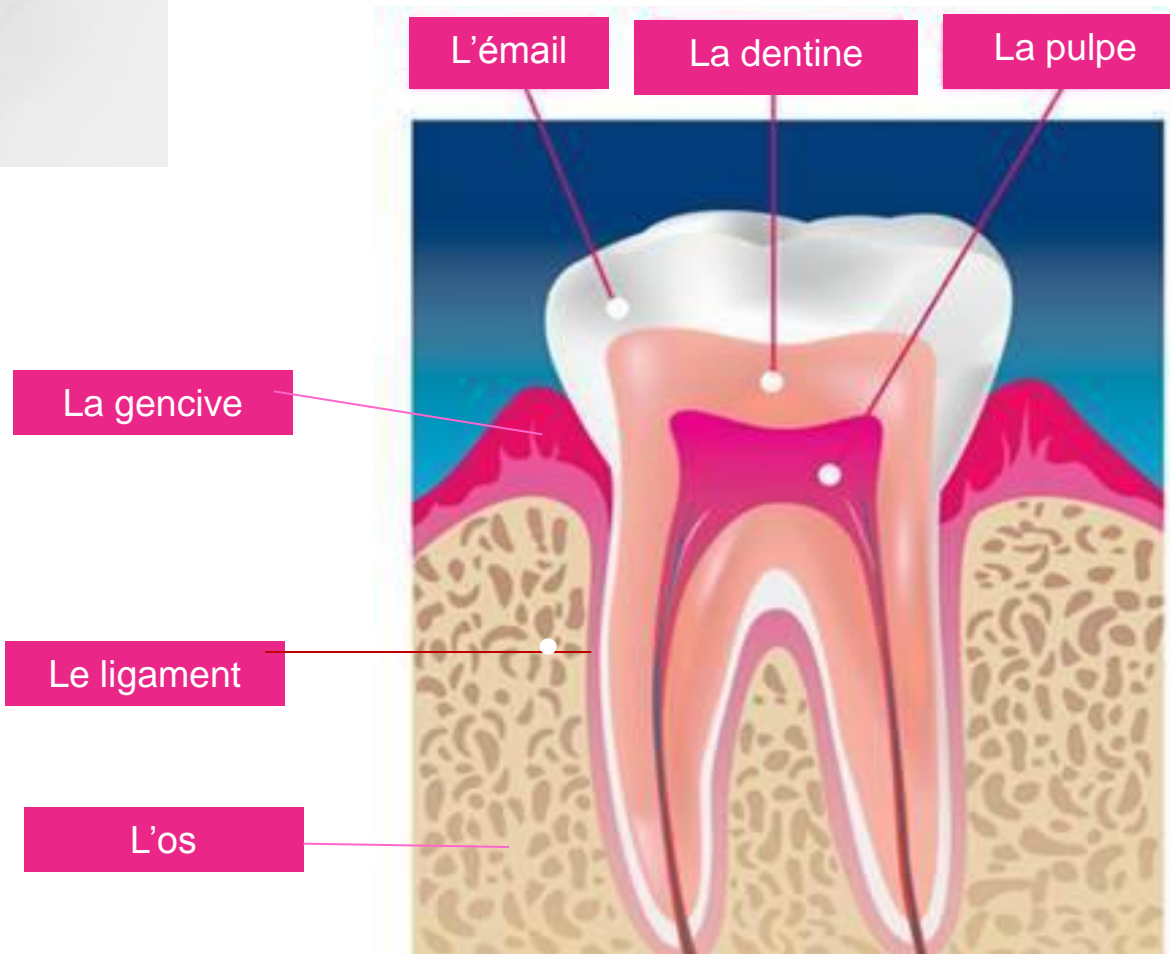


L'UFSBD en question...

- Une Association de loi 1901
- Née en 1966 à l'initiative de la profession
- Organisme officiel de promotion de la santé bucco-dentaire
- Centre Collaborateur OMS 
- Mission : accompagner le patient face à santé bucco-dentaire



La dent nous dévoile ses dessous...





La bouche et ses pathologies

- ✓ Maladie des dents
- ✓ Maladie des gencives

COMMENT SE FORME LA CARIE

TERRAIN

**PLAQUE
DENTAIRE**

**CARIES et
MALADIES DES
GENCIVES**

ALIMENTATION

TEMPS



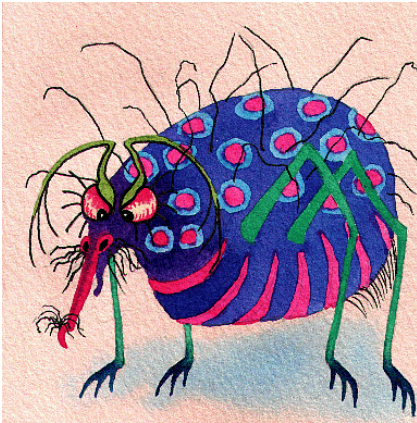
La plaque dentaire





La plaque dentaire et les microbes

Bactéries + Glucides = Production d'acides



+



=



Dents et Gencives... même combat



ACIDES



**MALADIE DES DENTS
CARIES**

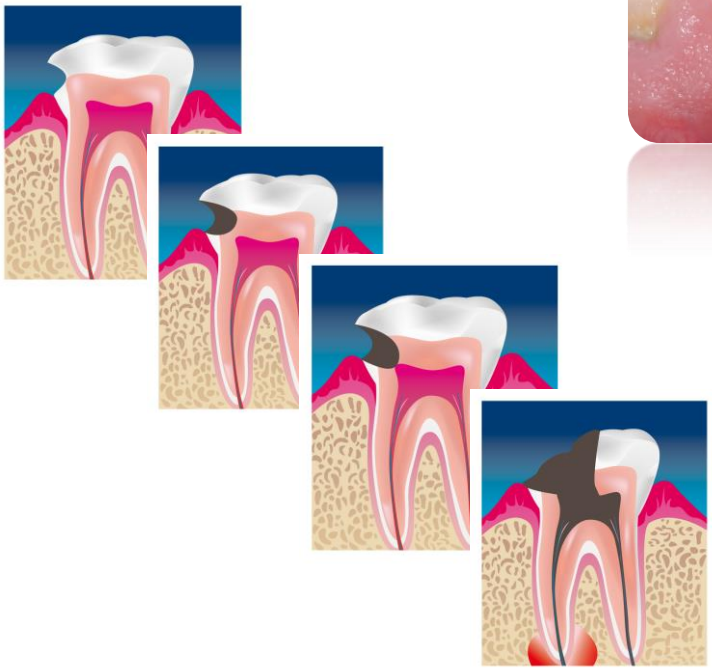
PLAQUE BACTERIENNE



ENZYMES-TOXINES



**MALADIE DES GENCIVES
PARODONTOPATHIE**



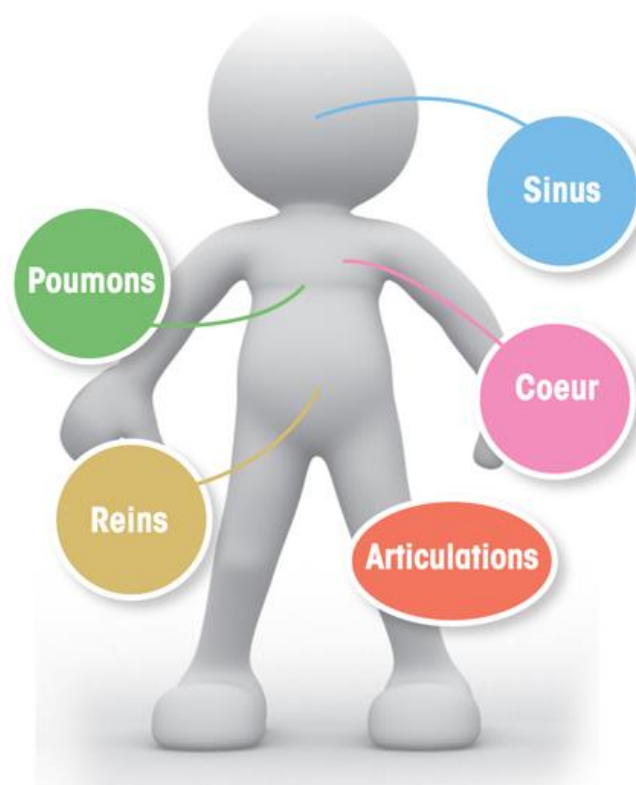


Santé générale et Santé bucco-dentaire



La bouche au cœur de la santé générale

*Il existe de nombreuses interactions entre santé
bucco-dentaire et santé globale... et inversement !*





Tabac

Mauvaise haleine
Coloration des dents
Favorise les caries
Cancer



Alcool

détruit les gencives
Cancer





Diabète

La maladie parodontale est une des complications en cas de diabète.

En cas de diabète un suivi bucco-dentaire est impératif.





Comment prévenir les caries et les maladies gingivales ?



Le brossage





Le Brossage



- ✓ 2 fois par jour
- ✓ Pendant 2 minutes



Comment ?



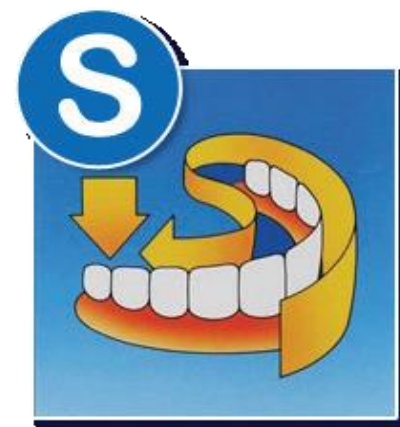
B comme
brossez haut et
bas séparément



R comme
rouleau ou
mouvement
rotatif pour
brosser dents et
gencives du
rose vers le
blanc



O comme
oblique : on
incline la brosse
à 45° sur la
gencive



S comme
suivez un trajet
pour faire le tour
de toutes les
dents sans
oublier le dessus



Avec quoi ?

- ✓ Une brosse à dents à poils souples
- ✓ Un dentifrice fluoré adapté à l'âge
- ✓ Du fil dentaire une fois par jour
- ✓ Et si le brossage est impossible, par exemple le midi, mâcher un chewing-gum sans sucres





En complément du brossage

Dès que 2 dents se touchent

La méthode F.I.L.



Prenez du **F**il dentaire entre vos deux mains.



Insérez délicatement le fil dentaire entre 2 dents adjacentes et glissez-le le long de ces dents. Ne forcez pas, vous risquez d'abîmer la gencive.



Libérez l'espace en retirant le fil et recommencez sur tous les espaces entre vos dents.



Le fil dentaire, c'est tous les soirs après le brossage



En complément





Le fluor





L'alimentation

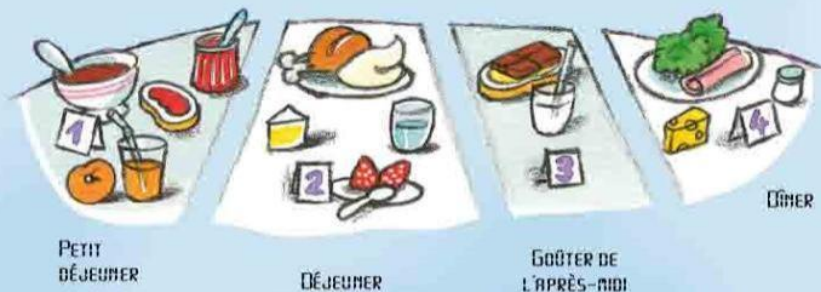




EQUILIBRE ET RÉGULARITÉ



GARDER DE BONNES ET BELLES DENTS



C'EST AVOIR UNE ALIMENTATION VARIÉE, ÉQUILBRÉE ET RÉGULIÈRE



ATTENTION À CERTAINS ALIMENTS !

Aliments acides



Aliments riches en glucides simples









































Glucides complexes



Glucides complexes facilement retenus entre les dents



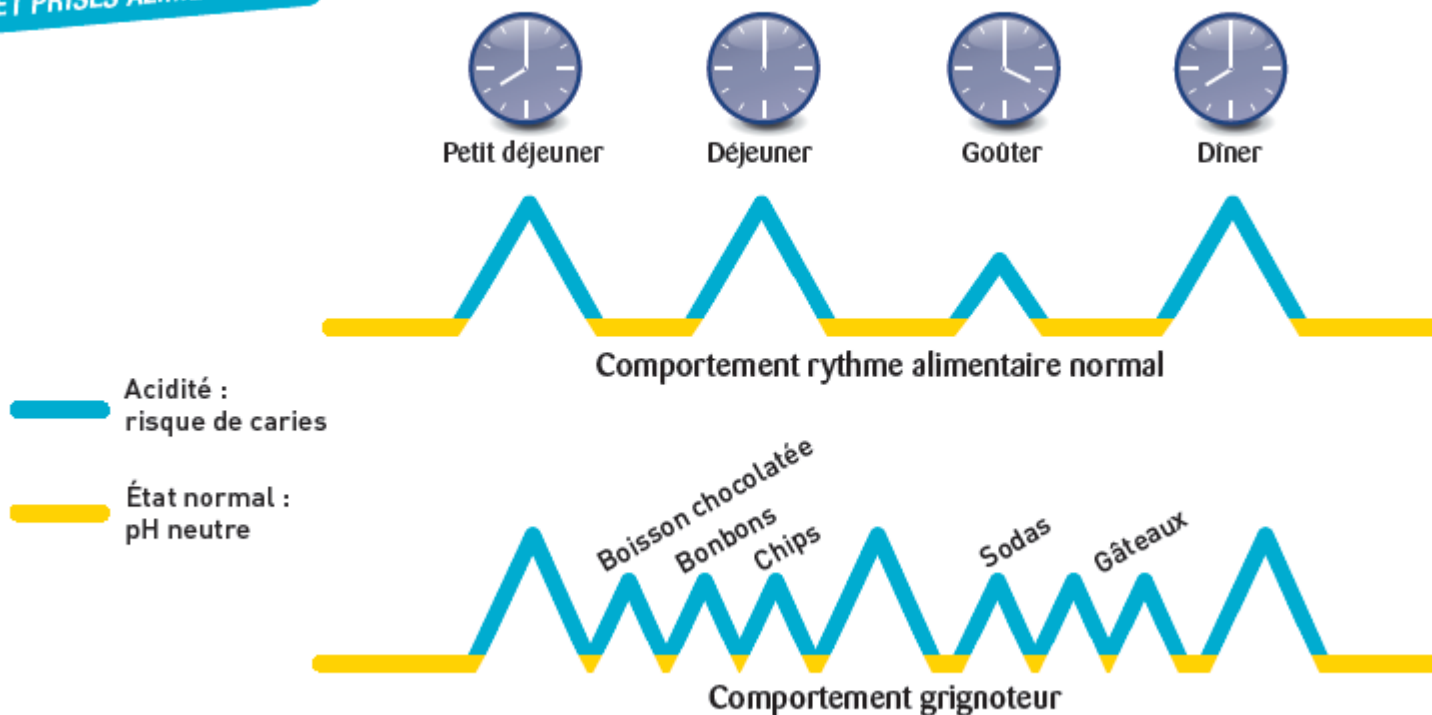
Amis ou ennemis de nos dents ?

Lait  	Soda au cola  	Fruit  	Poisson  	Ketchup  	Yaourt nature  
Chips  	Viandes  	Céréales  	Sucre  	Bonbons  	Fromage Beurre  
Gâteaux apéritif  	Légumes  	Pâtes  	Chocolat noir  	Jus d'orange  	Pain  
Gâteaux Biscuits  	Pomme de terre Riz  	Eau  	Chocolat au lait  	Thé Café  	Chewing-gum sans sucres  



Attention au grignotage !

ATTAQUES ACIDES
ET PRISES ALIMENTAIRES





La visite chez le chirurgien-dentiste

- ✓ *Une fois par an même si tout va bien*
- ✓ *Il contrôle, conseille, prévient, détecte et soigne*





L' EBD :

Examen Bucco Dentaire pris en charge

à 100 %.

examen de prévention bucco-dentaire

articles L. 2132-2-1 du Code de la santé publique et L. 162-1-12 du Code de la sécurité sociale
arrêté du 14 juin 2008 (J.O. du 18 juin 2008)

date limite de réalisation de l'examen : 24/05/2008

partie à adresser
à l'organisme d'affiliation

assuré(e) - bénéficiaire		organisme d'affiliation	
assuré(e) :		CENTRE DE PAIEMENT 2	
bénéficiaire :		16 RUE DE LAUSANNE	
date de naissance :		67090 STRASBOURG CEDEX	
		67 3 / C. 6261	

identification du praticien			
praticien titulaire	ou collaborateur libéral	praticien salarié	ou remplaçant
nom et prénom		nom et prénom	
adresse		adresse	

n° d'identification

examen de prévention - radiographies intrabucales réalisées

date de l'examen	signature du praticien attestant la réalisation de l'examen		
pas de radiographie réalisée			
1 ou 2 radiographies réalisées	3 ou 4 radiographies réalisées		
montant des honoraires :	euros.		

document télétransmis : oui non renseignements à conserver par le praticien

renseignements médicaux à compléter et à conserver impérativement dans le dossier - papier ou informatique - du patient (renseignements nécessaires à l'évaluation du programme et à communiquer au service médical à sa demande).

schéma dentaire à compléter
(reporter le code correspondant dans chaque case du schéma dentaire)

C : dent cariée A : dent absente pour cause de carie O : dent obturée S : scellements de sillons réalisés

18	17	16	15	14	13	12	11	21	22	23	24	25	26	27	28

état parodontal
= parodontopathie oui non

si oui besoins de soins dans le cadre du dispositif : oui non

= détartrage
= scellement(s) de sillon(s) - dent(s) n° :
= dent(s) à soigner

si oui besoins de soins hors cadre du dispositif : oui non

= ODF
= prothèse(s)

acte exécuté au cours de la même séance que l'examen de prévention : oui non

assuré(e) - bénéficiaire		organisme d'affiliation	
assuré(e) :		CENTRE DE PAIEMENT 2	
bénéficiaire :		16 RUE DE LAUSANNE	
date de naissance :		67090 STRASBOURG CEDEX	
		67 3 / C. 6261	

T05 EBD CNAMTS exp. XI-2008

Recommandations

LES RECOMMANDATIONS DE L'UFSBD POUR UNE BONNE SANTÉ BUCCO-DENTAIRE



- 2 brossages par jour** matin et soir pendant **2 minutes**
- L'utilisation d'un **dentifrice fluoré**
- L'utilisation du **fil dentaire** chaque **soir**
- Une visite au moins **1 fois par an** chez le **dentiste**, et ce dès l'âge d'**1 an**
- Une **alimentation variée et équilibrée**

ET EN COMPLÉMENT



- La mastication d'un **chewing-gum sans sucres** après chaque prise alimentaire
- Le **bain de bouche** comme complément d'hygiène



Merci de votre participation

