CABINET DENTAIRE
DU DOCTEUR POINTE
SAINT-GALMIER

FICHE CONSEIL N° **3**

Rubrique: **Les dents chez l'adulte**

POINTS CLÉS

L'élimination de la plaque dentaire passe par un brossage rigoureux au moins matin et soir

La plaque dentaire peut causer des infections sérieuses

LA PLAQUE DENTAIRE

La plaque dentaire est une substance blanchâtre qui se dépose en permanence à la surface des dents. Elle est constituée de bactéries emprisonnées dans un gel très adhérent.

Comment se forme la plaque dentaire ?

La cavité buccale contient de façon naturelle plusieurs centaines de bactéries différentes. Quelques minutes après un brossage de dents minutieux, des bactéries adhèrent à la surface dentaire. Leur quantité augmente progressivement et elles sécrètent un substrat très adhérent aux dents dans lequel elles s'organisent en un véritable écosystème : c'est ce que l'on appelle la plaque dentaire.

Pourquoi éliminer la plaque dentaire ?

Les bactéries contenues dans la plaque dentaire agressent notre organisme en permanence.
Elles sont à l'origine de divers types de lésions :

- Localement au niveau buccal, elles peuvent provoquer des infections dentaires (caries, abcès dentaires) et des infections de la gencive (parodontites, abcès parodontaux).
- Elles peuvent également passer dans la circulation sanguine et être responsables d'infections diverses : pulmonaires, cardiaques,...

En fonction des particularités de chacun, les organismes se défendent plus ou moins bien contre cette agression. Certains vont développer des lésions importantes en présence d'une quantité réduite de plaque dentaire, alors que d'autres peuvent supporter une grande quantité de plaque sans lésion. Il est donc possible que vous soyez plus ou moins sensible aux maladies carieuses et parodontales.

Substance blanchâtre qui se dépose en permanence à la surface des dents.

NOS CONSEILS

Afin de vous protéger des risques liés à la présence de ces bactéries, il faut les éliminer le plus régulièrement possible et avec le plus grand soin.

Pour cela, un brossage rigoureux, au moins matin et soir, doit être réalisé.

L'utilisation de fil dentaire est également recommandée. La consommation de quantités importantes de sucre, qui est le carburant des bactéries, est à éviter.