



**Hygiène
bucco-dentaire**
*Les soins dentaires
pour les
hémophiles*

Hygiène dentaire et l'hémophilie

Avoir une bonne hygiène dentaire est important pour tout le monde, pas seulement pour les personnes atteintes d'hémophilie. L'hémophilie n'a pas d'influence directe sur les dents, mais comme pour toutes les personnes, il est important d'avoir une bonne hygiène dentaire journalière. Négliger cette habitude peut aboutir à des complications non négligeables au niveau des dents et des gencives. Une mauvaise hygiène dentaire peut mener au saignement des gencives et/ou à des procédures invasives qui représentent à leur tour un risque de saignement.

Pourquoi une bonne hygiène dentaire est-elle importante pour l'hémophilie ?

Avoir des dents saines peut être un défi particulier pour les personnes atteintes d'hémophilie. Les personnes atteintes de troubles de la coagulation négligent parfois les aspects de l'hygiène bucco-dentaire tels que le brossage des dents et l'emploi du fil dentaire, de peur d'une hémorragie. Mais grâce à une bonne hygiène buccale, des complications peuvent être évitées. De bons soins dentaires, préventifs, peuvent aider à éviter des procédures invasives telles que la chirurgie buccale.

Que puis-je faire pour bien soigner mes dents ?

Nous vous donnons ci-dessous quelques astuces et conseils pour un bon soin bucco-dentaire.



Brossez-vous les dents deux fois par jour, pendant 3 minutes. Une bonne technique de brossage est la meilleure façon de se protéger contre l'inflammation des gencives (gingivite) et les caries dentaires.



Utilisez une fois par jour le **fil dentaire** pour éliminer les résidus alimentaires entre les dents. Cela peut être de la soie dentaire, des cure-dents ou une brosse interdentaire. Demandez à votre dentiste qu'il vous montre l'utilisation de ces produits.



Consultez votre **dentiste** pour des contrôles réguliers de sorte que d'éventuels problèmes soient détectés de façon précoce. Contactez toujours votre dentiste si vous remarquez quelque chose d'inhabituel dans la bouche ou si vous ressentez une douleur.



Évitez les collations et les boissons sucrées

entre les repas. Les bonbons, chocolat et boissons sucrées ont tendance à stimuler l'accumulation de plaque dans la bouche. La plaque endommage les dents et les gencives.

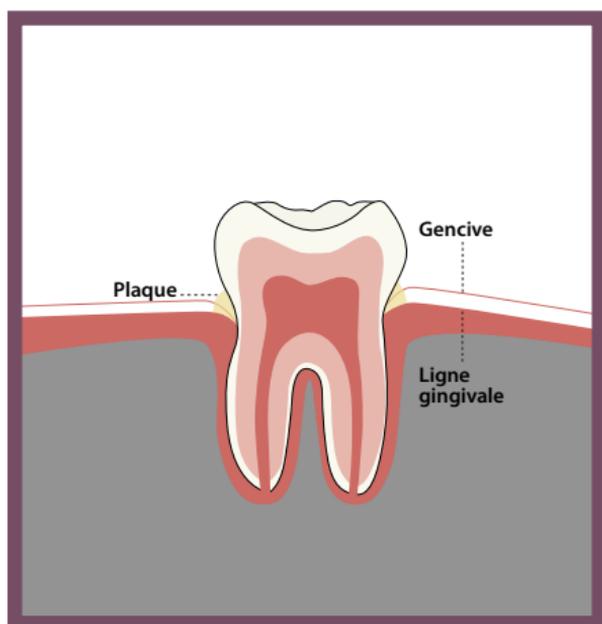
Quels sont les problèmes bucco-dentaires les plus communs et que puis-je faire pour empêcher cela ?

Comme pour tout le monde, il est important de maintenir votre hygiène bucco-dentaire et pas seulement après des extractions dentaires et d'autres procédures dentaires. Une mauvaise hygiène bucco-dentaire peut conduire à des saignements des gencives, des caries et de nombreuses autres complications qui peuvent nécessiter une procédure invasive. Grâce à un bon soin bucco-dentaire, beaucoup de problèmes peuvent facilement être évités.

1) Le saignement des gencives

Le **saignement des gencives** est l'un des premiers signes de l'inflammation de la gencive ou gingivite. Par une accumulation de plaque causée par des bactéries, la gencive s'enflamme et devient plus rouge et va saigner plus facilement. Si l'inflammation est de longue durée cela peut, dans le pire des cas, conduire à une perte de la dent.

Il est important de noter que des gencives saines ne saignent généralement pas lors du brossage des dents. Il est préférable d'utiliser une brosse à dents ayant une tête de texture moyenne. Si le saigne-



ment dure plus de 20 minutes ou s'arrête et revient, il est temps de contacter votre dentiste et le Centre de Traitement d'Hémophilie. Le traitement avec du facteur VIII ou IX (ou éventuellement d'autres traitements) va arrêter temporairement l'hémorragie, mais ne résoudra pas la gingivite; consultez donc absolument votre dentiste.

2) Les problèmes dentaires

Un brossage trop enthousiaste ou les régimes riches en aliments et boissons acides sont en grande partie responsables de **l'hypersensibilité des dents**. La couche extérieure des dents (l'émail) est supprimée et la dentine (la masse réelle de la dent) est exposée.

Il est probable que des stimuli comme de la nourriture chaude, froide ou sucrée atteignent la pulpe dentaire (centre névralgique) et causent de la douleur. Les dents déchaussées et la gingivite peuvent aussi jouer un rôle majeur dans la sensibilité dentaire. Dans ces situations, la dentine est exposée à cause de la récession gingivale.

Les sucres (surtout les sucres ajoutés dans la nourriture et les boissons) sont les causes principales **des caries**. Des taches foncées, bleues/noires ou brunes peuvent indiquer l'apparition d'une carie dentaire. Ceci indique que la plaque sur les dents a conduit à la dégradation de la dentine et de l'émail.

La douleur est causée par l'infection, qui irrite les nerfs dentaires. Une douleur intense et prolongée indique généralement que la décroissance a atteint le nerf. La dent devra soit être comblée, dévitalisée ou même être retirée.

Les maux de dents sont les premiers signes qui indiquent que vous avez besoin urgemment d'un traitement. Grâce à un contrôle régulier des dents, les problèmes peuvent être identifiés assez rapidement. Si vous rencontrez tout de même des problèmes imprévus, prenez rapidement un rendez-vous pour vous faire contrôler les dents.

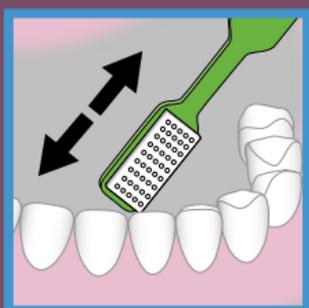
Que dois-je faire si j'ai des problèmes aux dents ou aux gencives ?

Lors de problèmes, vous devez contacter votre **dentiste et votre centre de traitement d'hémophilie** (CTH). Si nécessaire, des précautions supplémentaires devront être prises. Eventuellement un supplément de facteur VIII ou IX sera administré lors des préparations de l'intervention (telle que l'extraction d'une dent par exemple).

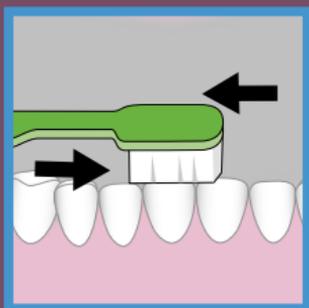
Quelle est la technique de brossage idéale ?



Placez la brosse à dents **contre vos gencives** avec les poils pointant vers les racines de vos dents. Faites **des petits mouvements circulaires**. Faites la même chose le long des surfaces intérieures et extérieures des dents. Répétez au besoin.



Pour **se brosser** les dents de devant côté intérieur, vous devez **tenir la brosse à dents verticalement** et faire de petits mouvements de haut en bas.



Brossez **la face** supérieure des dents en tenant la brosse à dents **à l'horizontale** et en faisant de petits mouvements aller-retour. Mettez **un peu de pression** lors du brossage afin que les poils de la brosse à dents atteignent les rainures des dents.

Gardez une séquence de brossage régulière. Par exemple, brossez les dents de la mâchoire inférieure, d'une part à l'intérieur, puis l'extérieur, et enfin le haut. Pour la mâchoire supérieure, vous brossez dans le même ordre.

Où puis-je trouver un dentiste approprié ?

Il se peut que le dentiste choisi ne traite pas des patients hémophiles. Dans la plupart des cas, vous pouvez aller chez tous les dentistes, mais mieux vaut contacter votre Centre de Traitement de l'Hémophilie (CTH) pour voir ensemble quel dentiste est le mieux approprié dans votre région.

Lorsque vous avez trouvé un dentiste approprié, informez-le/la au sujet de votre traitement (le type et le degré de l'anomalie de coagulation, la présence d'anticorps, la dernière administration de facteur de coagulation VIII ou IX, une éventuelle infection d'hépatite, etc.) et comment prévenir et/ou traiter des saignements. Une bonne collaboration entre vous et votre dentiste est nécessaire pour un soin bucco-dentaire optimal.

Que faire si mon enfant est atteint d'hémophilie ?

Si votre enfant est diagnostiqué hémophile, cela n'a pas d'influence sur la forme/structure des dents, la formation des dents de lait, ni le changement de dents. Pour éviter de graves problèmes, nous vous conseillons de consulter un dentiste dès que les premières dents percent. Il est important de brosser les dents deux fois par jour avec une brosse douce lorsque les premières dents sortent. A la perte des dents de lait, il peut y avoir des saignements. Dans ce cas, contactez votre centre de traitement d'hémophilie.

Contactez également le médecin si votre enfant a des saignements de gencives, car cela pourrait indiquer une possible infection. Essayez d'éviter au maximum la carie dentaire. Il est important de bien brosser les dents et de limiter les collations sucrées.

Références :

World Federation of Hemophilia (www.wfh.org). Consulté en 2015.

Développé en collaboration avec les médecins spécialistes de l'hémophilie.