PRISE EN CHARGE DENTAIRE & DIABÈTE

INFORMATIONS & SUIVI EN PARODONTOLOGIE

CENTRE HOSPITALIER UNIVERSITAIRE DE NANTES

UN ENGAGEMENT GLOBAL

UNE APPROCHE PERSONNELLE

Mon carnet de prise en charge dentaire

Mes coordonnées

- Nom / Prénom :----------
- Né(e) le :----------
- Téléphone :----------

Mon équipe médicale

- Nom & téléphone de mon endocrinologue :

- Nom & téléphone de mon chirurgien-dentiste :

- Nom & téléphone de mon médecin traitant :

Ma santé

- Taux HbA1c :

- Autres antécédents médicaux et chirurgicaux :

- Médicaments :

La place des soins dentaires dans le contrôle de votre diabète

Le **diabète** est une maladie chronique pouvant induire différentes **complications** : risques cardio-vasculaires, neuropathies, maladies rénales et maladies oculaires.

La **parodontite** est aussi une complication associée au diabète.

6 points de suivi[1] à faire tous les ans :

- Une visite chez votre **médecin traitant** et/ou **diabétologue** *(4 fois par an)*
- Un dosage **d'HbA1c** *(4 fois par an)*
- Une visite chez **l'ophtalmologiste**
- Un **bilan** lipidique et un bilan biologique rénal
- Une visite chez votre **cardiologue**
- Une visite chez votre chirurgien-dentiste pour un **bilan bucco-dentaire**

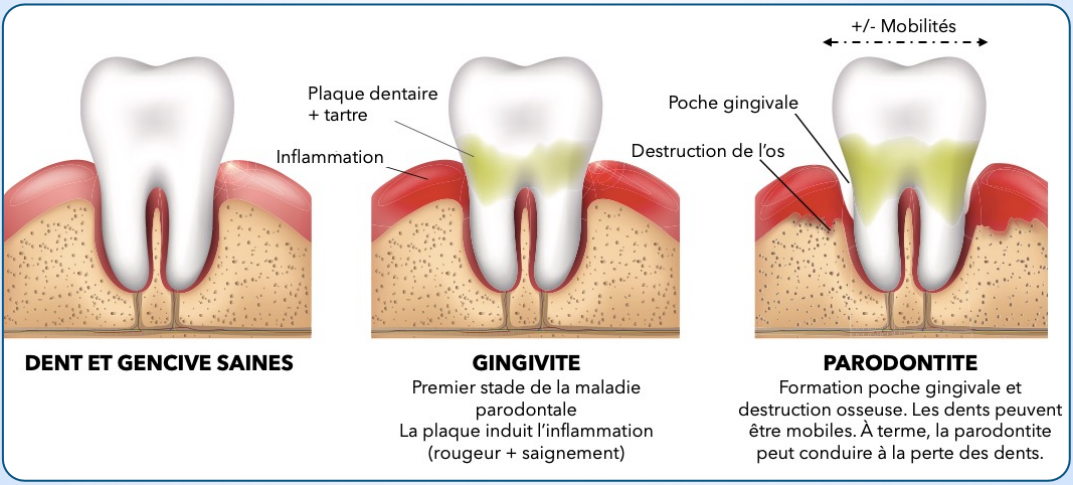
[1]Source : HAS 2020

Comprendre votre maladie parodontale

➢ MALADIE PARODONTALE :

Gencive saine ❯ **Gingivite** ❯ **Parodontite**

- Maladie chronique aboutissant à la **destruction des tissus** qui soutiennent les dents : le **parodonte**
  > Gencives, fibres de soutien, os dans lequel les dents sont ancrées
- Maladie **bactérienne** issue d'un déséquilibre entre infection et réponse immunitaire



- La maladie parodontale débute par une **inflammation des gencives** (gingivite) qui s'étend progressivement vers le tissu osseux. Cette évolution aboutit à la formation de « **poches** » infectées entre la gencive et la dent.
- Si cette inflammation n'est pas contrôlée, elle pourra entraîner une **destruction du tissu osseux**, des **saignements**, des **mobilités dentaires** voire la **perte des dents**.

LA PARODONTITE

SIXIÈME COMPLICATION DU DIABÈTE[1]

[1]Source : Löe, 1993

Quels liens entre parodontite et diabète?

Les diabétiques risquent un **déséquilibre du contrôle glycémique** s'ils sont aussi atteints d'une parodontite. Ils ont aussi plus de **complications** liées au diabète.

Le **contrôle** et le **traitement** de la parodontite peuvent donc améliorer le contrôle métabolique du diabète.

PARODONTITE

DIABÈTE

86% C'est le risque **d'apparition** ou de **progression** de la parodontite lorsque l'on est atteint de diabète[1].

Les diabétiques présentent donc un risque accru de **développement** et de **progression** de la maladie parodontale.

[1]*Sources : Nascimento et al. 2018; Graziani et al. 2018*

LA PARODONTOLOGIE

LA SANTÉ DE VOS GENCIVES

Les objectifs du traitement parodontal

Traiter l'urgence *si nécessaire*

Cette étape permet de **contrôler vos douleurs** afin de commencer les soins de vos gencives dans des **conditions optimales.**

Instaurer une hygiène bucco-dentaire favorable

Permet une **stabilité** du traitement à long terme.

Prévenir la progression de la maladie parodontale

A l'aide de techniques chirurgicales ou non, en éliminant les bactéries présentes dans les **poches gingivales.**

Régénérer les tissus parodontaux lésés

Dans certaines situations favorables, il sera possible d'envisager une **régénération** des tissus lésés par la maladie parodontale.

Evaluer la réussite du traitement

Lorsqu'il y a une hygiène orale optimale, on obtient une réduction de l'inflammation et des saignements ainsi qu'une fermeture des « poches ».

Maintenir un contrôle régulier et des réévaluations

Instaurer un **suivi régulier** semestriel est nécessaire pour assurer la **pérennité du traitement.**

DEVENEZ ACTEUR DE VOTRE SANTÉ

Prenez le contrôle de votre traitement chez vous

Réaliser un brossage efficace : 2 à 3 fois par jour

- ✓Réaliser un brossage de vos **dents 2 à 3 fois par jour** après les repas pendant **3 minutes.**
- ✓Utiliser une **brosse à dent souple** ou une **brosse à dent électrique**[1]
- ✓Changer la brosse à dent ou la tête de brosse tous les **3 mois maximum**

Utiliser un dentifrice fluoré

- ✓Pour **renforcer la structure** de la dent et pour son **action antibactérienne** afin de prévenir l'apparition de carie
- ✓Recommandation chez l'adulte : **≥ 1450 ppm de fluor**[2]

Utiliser des brossettes inter-dentaires + fil dentaire

- ✓En respectant les tailles prescrites par votre chirurgien-dentiste
- ⚠ *Ne jamais forcer : si elles ne passent pas, prendre une taille inférieure*
- ✓Pour éliminer la **plaque dentaire** située **entre les dents**, là où la brosse à dent ne peut accéder
- ✓En complément, utiliser du **fil dentaire** pour accéder aux zones où les brossettes ne s'insèrent pas; lorsque l'espace entre vos dents est trop étroit

Utiliser un bain de bouche ?

- ✓Utilisation possible **en complément d'hygiène**
- ✓Dans ce cas, **il vous sera <u>prescrit</u>** par votre chirurgien-dentiste si nécessaire
- ⚠ *Ne peut en aucun cas remplacer un brossage efficace avec un dentifrice fluoré*

[1]Nagy et al. 2016 ; [2]UFSBD mars 2020

Votre santé bucco-dentaire
alimen

Une bonne alimentation favorise, à tout âge, un corps et une bouche en bonne santé. La qualité des repas et le rythme des prises alimentaires conditionnent notre santé générale et bucco-dentaire.

Optez pour une alimentation variée et équilibrée

- ✓ De l'eau à volonté ;
- ✓ 5 portions de fruits et légumes *en prenant en compte leur indice glycémique et leur acidité*
- ✓ Viandes, poissons ou œufs (moins de 500g par semaine)
- ✓ Des féculents à chaque repas
- ✓ Limitez la consommation de produits sucrés, gras et salés
- ✓ Faire une activité physique au moins 30 minutes par jour
- ✓ Rincez votre bouche à la fin du repas de façon à éliminer les particules de nourritures

A quel rythme?

Le nombre de fois où l'on mange impacte également notre santé générale et orale.

Il est donc recommandé de limiter toutes formes de grignotages dans la journée, de consommer des produits sucrés de préférences pendant les repas et d'éviter les boissons acides et sucrées (sodas, boissons énergisantes, etc.).

Source : Fédération Française des Diabétiques

passe aussi par une bonne tation

Pourquoi ?

Les dépôts alimentaires et le sucre favorisent le développement des **bactéries**. Celles-ci produisent alors des produits **acides** qui détruisent la structure de l'émail. Ce processus favorise donc la formation de **caries.**

Pourquoi ?

Une hygiène bucco-dentaire inefficace et le grignotage favorisent les **dépôts alimentaires** sur les dents. Ces dépôts forment alors la **« plaque dentaire »** qui pourra alors se calcifier et se transformer en **tartre**. De plus, elle constitue une réserve énergétique pour les bactéries. Cela favorise alors **l'inflammation parodontale.**

Auto-évaluation de votre

Auto-évaluation pendant 2 semaines		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Matin	Durée du brossage :							
Midi	Durée du brossage :							
Soir	Durée du brossage :							
	Brossette :							
	Fil dentaire :							
Commentaires:								

COMMENT ÊTRE PLUS EFFICACE LORS DU BROSSAGE DES DENTS?

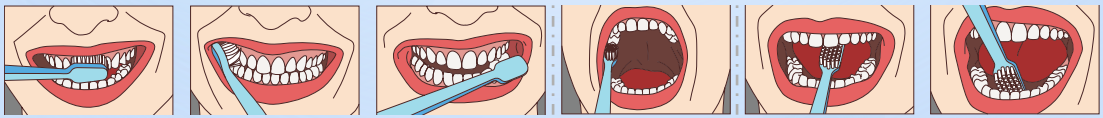
Séparer votre bouche en 4 cadrans :

- **1**: En haut à droite
- **2**: En haut à gauche
- **3**: En bas à gauche
- **4**: En bas à droite

✓ Brossez **45 secondes** sur chaque cadran en commençant par les **faces extérieures** de chaque dent, puis les **faces horizontales** et enfin les **faces intérieures**.

✓ A chaque étape, brossez toujours dans le sens de vos gencives vers le sommet de vos dents : « **du rouge vers le blanc** » .

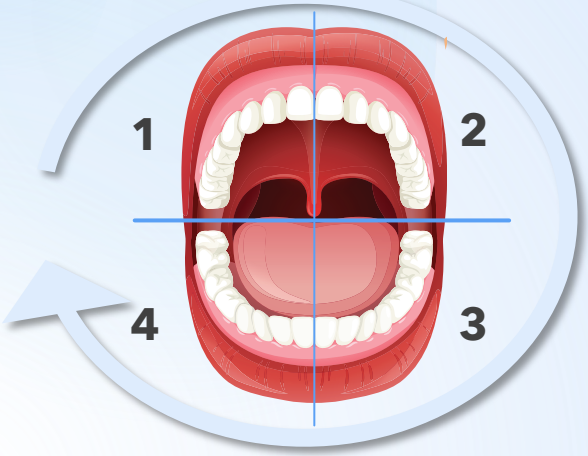
Une fois les 3 minutes écoulées vous avez réalisé un brossage efficace !



Faces extérieures | Faces horizontales | Faces intérieures

hygiène bucco-dentaire

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE



LE SAVIEZ-VOUS?

Votre diabète peut entrer dans le protocole des ALD mis en place par l'assurance maladie.

ALD* ou Affection de Longue durée exonérante est une maladie dont la gravité et/ou le caractère chronique nécessitent un traitement prolongé et une thérapeutique particulièrement coûteuse.
Elle ouvre droit à l'exonération du ticket modérateur (sur la base du tarif de la Sécurité sociale) pour les soins et traitements liés à cette pathologie.

Pour en bénéficier, votre médecin traitant rédige un protocole de soins, qui mentionne notamment les traitements nécessaires.

*Ameli.fr

Ce livret d'éducation thérapeutique personnalisée vous a été remis afin de vous sensibiliser aux enjeux d'une santé bucco-dentaire optimale dans le cadre de votre diabète.

En cas de questions, n'hésitez pas à en discuter avec votre chirurgien-dentiste ou votre endocrinologue.

Ce document a été réalisé dans le cadre d'une thèse pour le diplôme d'état de docteur en chirurgie dentaire à l'université de Nantes.

CENTRE HOSPITALIER UNIVERSITAIRE DE NANTES

Yann POUGNANT – Étudiant en Odontologie CHU Nantes

Sous la direction du **Pr Assem SOUEIDAN** et du **Dr Gilles AMADOR DEL VALLE**,

Contact : bp-secretariat-csd@chu-nantes.fr