

POUR LES PROFESSIONNELLS DE SANTÉ NON BUCCO-DENTAIRE

Hygiène bucco-dentaire

Contexte

L'hygiène bucco-dentaire est la pratique consistant à maintenir la propreté et la santé de la bouche, des dents, des gencives et de la langue. Une bonne hygiène bucco-dentaire joue un rôle crucial dans la prévention des problèmes dentaires, tels que les caries, les maladies parodontales, l'halitose et la perte de dents, ainsi que dans la promotion de la santé et du bien-être en général. Une mauvaise santé bucco-dentaire est liée à diverses maladies systémiques, comme le diabète et les maladies cardiaques.^{1,2}

Les professionnels non dentaires, tels que les enseignants, les aidants et les autres professionnels de santé, peuvent jouer un rôle essentiel dans la démonstration et la promotion de bonnes habitudes d'hygiène bucco-dentaire auprès des personnes dont ils s'occupent, notamment les enfants et les personnes âgées. Il est donc essentiel de bien comprendre les techniques et les outils de base qui s'inscrivent dans le maintien d'une bonne hygiène bucco-dentaire.





Composantes essentielles de l'hygiène bucco-dentaire

- **Brossage pendant deux minutes, deux fois par jour** : le brossage des dents permet d'éliminer les restes de nourriture et la plaque dentaire, qui peuvent entraîner des caries et des maladies parodontales.
- **Brossage de chaque surface** : utilisez une brosse à dents manuelle ou électrique pour brosser l'intérieur, l'extérieur et les surfaces de mâchement des dents. Faites des mouvements circulaires pour les enfants et des balayages pour les adultes, pas d'avant en arrière.
- **Utilisation de dentifrice fluoré** : le fluor joue un rôle fondamental dans la lutte contre les caries. Assurez-vous que le dentifrice contient la quantité de fluor adaptée à l'âge du patient.

Guide du dentifrice en fonction de l'âge

Enfants de 0-3 ans	Commencez le brossage dès l'apparition de la première dent en utilisant une toute petite quantité de dentifrice contenant au moins 1 000 ppm de fluor.	
Enfants de 3-6 ans	Utilisez une quantité de dentifrice de la taille d'un pois contenant 1 000-1 500 ppm de fluor.	
De 7 ans à l'âge adulte	Utilisez un dentifrice contenant 1 350-1 500 ppm de fluor.	

Les membres dûment qualifiés de l'équipe dentaire peuvent recommander des dentifrices à plus forte teneur en fluor pour les enfants et les adultes présentant un risque élevé de caries.

Référence :

<https://www.gov.uk/government/publications/delivering-better-oral-health-an-evidence-based-toolkit-for-prevention/chapter-2-summary-guidance-tables-for-dental-teams>

- Pas de rinçage à l'eau juste après le brossage : cela peut éliminer le fluor protecteur. Crachez tout excès de dentifrice, sans rincer.
- Remplacement des brosses à dents tous les trois mois : la durée de vie moyenne d'une brosse à dents est d'environ trois mois. L'utilisation d'une vieille brosse à dents ne lave pas bien les dents et la bouche. Changez votre brosse à dents usagée ou lorsque les poils sont écartés ou manquants. N'oubliez pas qu'une brosse à dents est un article personnel.
- Fil dentaire ou brosette interdentaire une fois par jour : les nettoyeurs interdentaires permettent d'atteindre les zones difficiles d'accès entre les dents. Un lavage régulier permet de déloger la nourriture et peut réduire le risque de maladies parodontales et la mauvaise haleine en éliminant la plaque dentaire qui se forme le long des gencives.
- Protection de la bouche en déplacement : lorsque vous ne pouvez pas vous brosser les dents, optez pour un bain de bouche au fluor ou un chewing-gum sans sucre après le déjeuner ou un encas.

Cadre de prestation de soins bucco-dentaires

Informez-vous sur les techniques et les outils d'hygiène bucco-dentaire adaptés, y compris le brossage des dents, le fil dentaire et le bain de bouche. Munissez-vous des fournitures nécessaires, telles que des brosses à dents à poil doux, du dentifrice fluoré, du fil dentaire et du bain de bouche pour les personnes sous votre responsabilité. Un modèle de démonstration peut être utile.

Demander

Renseignez-vous auprès des personnes dont vous êtes responsable à propos de leurs habitudes d'hygiène bucco-dentaire.

Rechercher

Observez et évaluez les pratiques d'hygiène bucco-dentaire des personnes sous votre responsabilité. Identifiez les aspects pour lesquels des conseils ou des améliorations peuvent être nécessaires, comme l'utilisation de techniques de brossage et de fil dentaire adaptées ou encore le choix des bons produits d'hygiène bucco-dentaire.

Décider

En vous basant sur votre évaluation, déterminez la meilleure approche pour enseigner et promouvoir des pratiques d'hygiène bucco-dentaire appropriées auprès des personnes sous votre responsabilité. Adaptez vos méthodes d'enseignement en fonction de leur âge, de leurs capacités et de leurs préférences.

De nombreuses ressources sont disponibles, par exemple :

pour les enfants de 10 à 12 ans : le dessin animé Mouth Heroes de la FDI
<https://www.youtube.com/watch?v=gxbQGGcX-U0>

pour les adultes :
<https://www.youtube.com/watch?v=UhwZWtiaQNw>

Agir

Mettez en place un programme d'enseignement pour maintenir une bonne hygiène bucco-dentaire en faisant des démonstrations des techniques d'hygiène bucco-dentaire appropriées étape par étape. Encouragez les personnes sous votre responsabilité à suivre et à réaliser les techniques en même temps que vous. Fournissez un soutien et une supervision continus selon les besoins pour vous assurer que les personnes appliquent de bonnes habitudes d'hygiène bucco-dentaire.

- Brossage des dents : montrez-leur comment tenir la brosse à dents à un angle de 45 degrés contre la gencive, en effectuant de légers mouvements circulaires/de balayage pour nettoyer toutes les surfaces des dents. Expliquez l'importance de se brosser les dents pendant deux minutes, deux fois par jour, avec une brosse à dents souple. Si disponibles, utilisez des comprimés révélateurs de plaque dentaire.
- Nettoyeurs interdentaires et fil dentaire : montrez comment utiliser le fil dentaire et les brossettes interdentaires. Tenez chaque extrémité d'une longueur de fil dentaire entre le pouce et l'index de chaque main. Faites-le passer en douceur entre les dents en effectuant un mouvement de va-et-vient. Montrez comment courber le fil dentaire autour de la base de chaque dent, pour nettoyer sous la gencive. Si possible, montrez comment utiliser les nettoyeurs interdentaires.

Document

Gardez un registre de vos séances d'enseignement ainsi que des progrès réalisés et des difficultés rencontrées. Utilisez-le pour affiner vos méthodes d'enseignement et vous assurer que les personnes sous votre responsabilité maintiennent une bonne hygiène bucco-dentaire.

Cette fiche d'information est soutenue par :



Références

1. FDI World Dental Federation. About oral health: How to practice good oral hygiene. Available from: <https://www.fdiworlddental.org/how-practice-good-oral-hygiene#:~:text=Brush%20for%20two%20minutes%2C%20twice,chewing%20surfaces%20of%20your%20tee> [Accessed on 14 March 2024].
2. The Department of Health and Social Care. The Delivering Better Oral Health Toolkit. Available from: <https://www.gov.uk/government/publications/delivering-better-oral-health-an-evidence-based-toolkit-for-prevention/chapter-2-summary-guidance-tables-for-dental-teams> [Accessed on 14 March 2024].
OR <https://www.nhs.uk/live-well/healthy-teeth-and-gums/taking-care-of-childrens-teeth/> [Accessed on 14 March 2024].

Autres ressources

FDI World Dental Federation. Educational module for other healthcare professionals. Available from: Educational Module for Other Healthcare Professionals | FDI ([fdiworlddental.org](https://www.fdiworlddental.org)) [Accessed on 14 March 2024].

FDI World Dental Federation. Brush Day & Night. Available from: Brush Day & Night | FDI ([fdiworlddental.org](https://www.fdiworlddental.org)) [Accessed on 14 March 2024].

FDI World Dental Federation. Role of mouthwash in oral care. Available from: Role of mouthwash in oral care | FDI ([fdiworlddental.org](https://www.fdiworlddental.org)) [Accessed on 14 March 2024].

FDI World Dental Federation. Oral health in comprehensive cleft care. Available from: Oral health in comprehensive cleft care | FDI ([fdiworlddental.org](https://www.fdiworlddental.org)) [Accessed on 14 March 2024].

Glenny M, Walsh T, Iwasaki M, Kateeb E, Minatel Braga M, Riley P, Melo P. Development of Tooth Brushing Recommendations Through Professional Consensus. *Int Dent J.* 2023;000: 1-10. Available from: Development of Tooth Brushing Recommendations Through Professional Consensus ([sciencedirectassets.com](https://www.sciencedirectassets.com)) [Accessed on 14 March 2024].

Avertissement

La présente fiche d'information fournit des informations générales et peut nécessiter des adaptations en fonction du domaine d'activité et des réglementations propres aux autres professionnels de santé dans chaque pays.

Le projet de module éducatif pour les professionnels de santé non dentaire est soutenu par **HALÉON**