

**Soins bucco-dentaires -
des conseils compétents**

Médecine dentaire gériatrique

**Conseils des hygiénistes
dentaires diplômé-e-s**



La sécheresse buccale est un problème fréquent chez les personnes âgées. Elle est due à une diminution du flux salivaire.

Causes de la sécheresse buccale

Diminution de la sensation de soif

Avec l'âge, la sensation de soif diminue. Cela signifie que les personnes âgées boivent souvent trop peu, ce qui empêche le corps de libérer suffisamment de liquide. La production de salive diminue et la bouche devient trop sèche.

Prise de médicaments

Il est malheureusement vrai que la majorité des personnes âgées doit prendre plusieurs médicaments chaque jour. De nombreux médicaments ont pour effet secondaire d'inhiber l'activité des glandes salivaires, ce qui entraîne une sécheresse buccale. Comme ces deux causes sont très fréquentes chez les personnes âgées, ce groupe présente un risque élevé de sécheresse buccale.

Conséquences de la sécheresse buccale

Absence de la protection de la salive

La salive constitue une protection naturelle de la cavité buccale en maintenant l'humidité des muqueuses. Elle contribue également à prévenir l'apparition de caries. En cas de sécheresse buccale, ces propriétés protectrices sont insuffisantes, voire totalement absentes dans les cas extrêmes.

Inflammations et caries

En raison de l'absence de protection salivaire, des inflammations gingivales et des caries peuvent apparaître en très peu de temps. Ce processus est particulièrement rapide lorsque l'hygiène buccale est insuffisante. Ces deux maladies peuvent conduire à la perte de dents.

Muqueuses sèches

Des muqueuses sèches ou fissurées provoquent des douleurs. La parole et la déglutition deviennent difficiles et le port d'une prothèse peut parfois être impossible.

Mauvaise haleine

Un effet secondaire très désagréable de la sécheresse buccale est la mauvaise haleine qui y est associée.

Mesures en cas de sécheresse buccale

Hygiène buccale

Une hygiène buccale soigneuse est particulièrement importante. Après chaque repas, les dents doivent être brossées avec une brosse à dents souple et un dentifrice fluoré. Cela permet un nettoyage doux et efficace. Si cela n'est pas possible, il convient au moins de se rincer la bouche avec de l'eau.

Une fois par jour, les espaces interdentaires doivent également être nettoyés avec soin. Selon la taille des espaces, il est recommandé d'utiliser des brossettes interdentaires ou des cure-dents en plastique gainé. Il est important que l'outil choisi remplisse bien l'espace interdentaire et puisse être introduit avec une légère pression, puis déplacé horizontalement d'avant en arrière.

Fluorures

Pour se protéger contre les caries, il est indispensable d'utiliser des produits d'hygiène bucco-dentaire contenant du fluor. En premier lieu, un dentifrice fluoré doit être utilisé. Étant donné que le risque de caries est fortement accru en cas de sécheresse buccale, des produits supplémentaires sont nécessaires, tels que des solutions de rinçage fluorées et des gels fluorés.

Entretien des prothèses

En cas de port d'une prothèse amovible, celle-ci doit également être nettoyée après chaque repas. Cela signifie qu'elle doit au minimum être rincée sous l'eau courante. Le soir, la prothèse doit être nettoyée soigneusement à l'aide d'une brosse à prothèses et d'un savon liquide.

Boire

En règle générale: boire beaucoup. L'eau et le thé non sucré sont les plus appropriés. Pour contrôler la quantité de liquide consommée, il est conseillé de préparer le matin les bouteilles d'eau ou les théières qui devront être bues au cours de la journée. Il est préférable que vos client-e-s prennent l'habitude de boire à intervalles réguliers, même sans sensation de soif. Un apport hydrique suffisant contribue également à la santé générale.

Soin des lèvres

Le soin des lèvres est également très important, car celles-ci sont sensibles aux fissures et aux blessures. Des produits nourrissants sont recommandés à titre préventif; en cas de fissures ou de lésions, des pommades contenant des agents anti-inflammatoires sont indiquées.

Afin que vos client-e-s puissent bénéficier d'une bonne santé buccale malgré la sécheresse buccale, vous pouvez en outre leur recommander un conseil individuel auprès d'une ou d'un hygiéniste dentaire diplômé-e.