



La prévention des traumatismes dentaires

Par Élise Bertrand, dentiste-conseil

Plus du tiers des élèves de la 6^e année du primaire de la région des Laurentides ont fracturé ou perdu une dent d'adulte du devant à cause d'un choc, comparé à moins du quart pour le Québec.



Pour que les enfants gardent une bouche en santé, il faut prévenir les traumatismes à la bouche : c'est tout aussi important qu'utiliser un dentifrice fluoré et avoir de bonnes habitudes alimentaires.

Voici quelques conseils pour éviter les blessures à la bouche de votre enfant :

- ◆ Gardez hors de sa portée les objets durs qu'il pourrait mettre dans sa bouche et ainsi casser ses dents.
- ◆ Assurez-vous de bien ajuster la ceinture de sécurité du siège d'auto qu'il utilise.
- ◆ Pensez à lui faire porter un protecteur buccal s'il pratique des sports de contact.

Le protecteur buccal

Le protecteur buccal est un appareil fait de plastique qui recouvre les dents pendant les sports de contact. Il protège non seulement les dents contre les chocs, mais aussi la bouche et les mâchoires. Il diminue donc les risques de fractures des dents et des mâchoires ainsi que les risques de blessures. On peut se le procurer à la clinique dentaire, dans les magasins d'articles de sport ou en pharmacie.



Les enfants tombent souvent lorsqu'ils commencent à marcher. Prenez le temps de vérifier s'il y a des modifications dans la bouche de votre enfant, comme des dents cassées, absentes ou branlantes.

Quoi faire en cas d'urgence?

➔ Dent délogée

Vous ne devez jamais remettre en place une **dent de bébé**. Faites plutôt une légère pression sur la plaie avec un linge propre. Il est important de consulter votre dentiste, surtout si vous ne trouvez pas la dent, car elle peut être cachée sous la gencive.

Par contre, une **dent d'adulte** doit être remise en place le plus vite possible en suivant les conseils suivants :

- ◆ Tenez la dent par la partie blanche.
- ◆ Si la dent est sale, rincez-la rapidement sous l'eau courante sans la frotter.
- ◆ Essayez de replacer la dent à sa place dans la bouche et faites mordre l'enfant sur un linge propre.

Si vous ne pouvez pas remettre la dent d'adulte en place, mettez-la dans un contenant propre avec du lait ou demandez à l'enfant de cracher dans le contenant et gardez la dent dans sa salive. Rendez-vous ensuite le plus vite possible à la clinique dentaire, que vous ayez remis la dent en place ou non.

Les dents d'adultes commencent à apparaître à partir de l'âge de 5 ans.





Dent cassée

Une dent cassée peut normalement être réparée. Téléphonnez à votre dentiste pour expliquer la situation et obtenir un rendez-vous.

Morsure

Si une morsure à la bouche survient, lors d'une chute par exemple :

- Nettoyez le sang avec un linge propre et sec.
- Faites une pression directement sur la plaie avec une débarbouillette d'eau froide.

Si la blessure saigne beaucoup, des points de suture peuvent être nécessaires. Dans ce cas, téléphonez à votre clinique dentaire.

Dent grise

Après un accident, il arrive qu'une dent de bébé devienne grise. Si c'est le cas, prenez un rendez-vous avec votre dentiste : ce dernier vérifiera s'il est nécessaire de traiter la dent.



Objet coincé entre les dents

Tentez d'enlever l'objet ou l'aliment avec de la soie dentaire. N'utilisez pas d'outils pointus ou coupants qui pourraient briser les dents ou la gencive. Si vous ne réussissez pas à le retirer, contactez votre clinique dentaire.

Pour maintenir ses gencives et ses dents en santé, il est important de continuer à brosser les dents de votre enfant, même s'il s'est blessé à la bouche. Votre dentiste peut lui conseiller une alimentation molle et il est possible qu'il recommande des médicaments contre la douleur.

Les blessures à la bouche et aux dents, même aux dents de bébé, peuvent avoir des conséquences pour la vie, comme des taches sur les dents d'adultes ou des dents manquantes. C'est pourquoi les professionnels de votre clinique dentaire sont vos alliés pour prendre en charge votre enfant s'il se blesse.



Vérifiez la bouche de votre enfant

Lorsque vous brossez les dents de votre enfant, vérifiez que sa bouche est en santé. Soulevez sa lèvre pour voir ses gencives.



Vous pourrez vous assurer que ses dents sont bien brossées et vous pourrez voir s'il présente un début de carie : lignes blanchâtres ou taches brunâtres sur la dent le long de la gencive. Si vous avez des doutes sur l'état de santé de sa bouche, contactez votre clinique dentaire.



International Association of Dental Traumatology. (2012). *Guidelines for the Management of Traumatic Dental Injuries*. Repéré à <https://www.iadt-dentaltrauma.org/1-9%20%20iad%20guidelines%20combined%20-%20r%20-%202011-5-2013.pdf>

