

Le suivi des dents et des gencives

- ▶ **Un bilan dentaire une fois par an** chez votre chirurgien-dentiste (c'est l'un des sept points de suivi recommandés* quand on a un diabète).
- ▶ **Une consultation chez votre chirurgien-dentiste** dès que des symptômes apparaissent : douleurs, gencives rouges ou gonflées, saignements.
- ▶ **Pensez à informer le dentiste** de votre diabète et **votre médecin traitant** en cas de maladie parodontale.
- ▶ Les soins bucco-dentaires en lien avec le diabète (bilan dentaire annuel ou détartrage par exemple) sont **pris en charge à 100 %** par l'Assurance maladie au titre du diabète déclaré en Affection de longue durée (ALD), sur la base des tarifs de remboursement de l'Assurance maladie.

* Source : Haute autorité de santé. *La prise en charge de votre maladie, le diabète de type 2*. Coll. Guide - Affection de longue durée. Paris : HAS, avril 2007. En ligne sur le site www.has-sante.fr.

Pour en savoir plus sur les complications au niveau des dents et des gencives, vous pouvez consulter www.ameli-sophia.fr.

 **sophia**

Le service d'accompagnement pour mieux vivre avec une maladie chronique.

Pour en savoir plus :
ameli-sophia.fr

Pour contacter un infirmier-conseiller en santé sophia

Métropole	0 809 400 040
Antilles & Guyane	0 809 100 097
La Réunion	0 809 109 974

Service gratuit + prix appel

 **l'Assurance Maladie**

 **Santé publique France**

Repères diabète ●●●●●

Les complications des dents et des gencives



Les livrets de la collection **Repères diabète** visent à vous apporter des connaissances précises et validées sur des thèmes liés au **diabète**, afin de vous aider à mieux comprendre votre maladie mais aussi à faciliter et améliorer le dialogue avec tous les professionnels de santé.

 **sophia**

Le service d'accompagnement pour mieux vivre avec une maladie chronique.

Pour en savoir plus :
ameli-sophia.fr

 **l'Assurance Maladie**

Les complications des dents et des gencives

Les complications au niveau des dents et des gencives sont appelées *maladies parodontales* ou *parodontopathies*.

Elles sont beaucoup plus fréquentes chez les personnes ayant un diabète et leur développement peut favoriser le déséquilibre du diabète.

C'est pourquoi il est essentiel de maintenir une bonne hygiène dentaire et de réaliser un bilan dentaire au moins une fois par an.

Associé à un diabète équilibré, cela permet d'éviter ou de limiter l'apparition de ces complications.

D'où viennent les maladies parodontales ?

Quand le brossage n'élimine pas suffisamment les bactéries, elles s'accumulent sur les dents et les gencives et forment la « plaque dentaire ». Sa transformation en tartre peut alors favoriser l'apparition des maladies parodontales :

- ▶ au début c'est la **gingivite**, une inflammation des gencives ;
- ▶ puis la **parodontite** va toucher l'ensemble du tissu de soutien de la dent (gencive, ligament, os). C'est une maladie infectieuse qui ne guérira pas spontanément. Les dents peuvent bouger voire se déchausser jusqu'au bout de la racine.

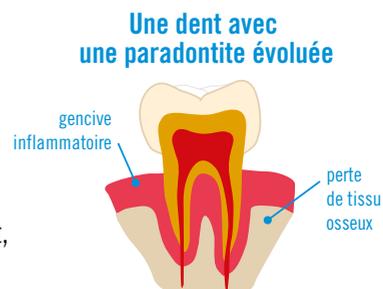


Quels sont les symptômes à surveiller ?

Dès que les gencives deviennent rouges, gonflées, ou saignent lors du brossage, une consultation chez le chirurgien-dentiste est indispensable.

Dans certains cas, des antibiotiques pourront être prescrits par le chirurgien-dentiste avant des soins.

À noter : plus ces symptômes sont pris en charge tôt, plus le traitement est efficace.



En pratique, que puis-je faire ?

Je suis attentif à l'équilibre de mon diabète, grâce à une alimentation équilibrée, la pratique d'une activité physique régulière et la prise de mon traitement. Ainsi, le risque de complications au niveau des dents et des gencives peut diminuer.

Au quotidien, je suis les recommandations de mon dentiste pour une bonne hygiène dentaire :

- ▶ je me brosse les dents pendant trois minutes après chaque repas et au moins deux fois par jour (le brossage du soir est très important !);
- ▶ je me brosse les dents « du rouge vers le blanc », c'est-à-dire de la gencive vers la dent. Je n'oublie aucune face dentaire (côté joue et côté langue);
- ▶ je préfère une brosse à dents souple avec une petite tête pour brosser partout;
- ▶ selon les conseils de mon dentiste, j'utilise une brossette interdentaire de taille adaptée (ci-dessous), du fil dentaire, un racloir à langue ou une brosse à dents électrique.



Différentes tailles de brossette



Important : le tabac augmente le risque de maladie parodontale

Parlez-en avec votre médecin traitant ou votre dentiste