

Pourquoi le diabète favorise-t-il la maladie parodontale?

Premièrement, qu'est-ce que la maladie parodontale?

Une maladie parodontale est caractérisée par la destruction des tissus de support (os) autour d'une ou de plusieurs dents. Non traitée, cette destruction de l'os peut occasionner la perte des dents.

La parodontite est principalement causée par l'accumulation de tartre et de plaque dentaire sous la gencive; les tissus de support se détachent graduellement de la dent; l'espace entre la dent et la gencive s'approfondit, entraînant la mobilité et le déracinement des dents (Celles-ci apparaissent plus longues).

- Comme la personne diabétique produit plus de plaque dentaire, probablement parce qu'elle produit moins de salive pour l'éliminer, elle a un risque accru de maladies parodontales.
- Également, chez la personne diabétique qui contrôle mal ses glycémies, les liquides de la bouche contiennent plus de glucose, ce qui change la composition de la plaque dentaire et favorise l'apparition d'autres organismes comme les champignons.
- La personne diabétique a tendance à perdre le collagène de ses gencives, ce qui accélère la destruction du parodonte. Le collagène est une protéine du tissu de soutien des gencives, de la peau, des tendons et des os.
- Le diabète cause l'inflammation des vaisseaux sanguins et entraîne une diminution de l'afflux sanguin dans les minuscules vaisseaux des gencives, ce qui nuit à la nutrition des gencives et à la guérison des lésions.
- Le patient diabétique de type 2 aurait un risque accru de 2,8 fois d'avoir une maladie parodontale alors que celui de type 1 a un risque accru de 3,5 fois.
- Un patient dont le diabète est bien contrôlé a les mêmes possibilités qu'un patient non-diabétique quant à la progression ou le succès du traitement de sa parodontite.
- C'est l'inverse pour un patient dont le diabète est non contrôlé.

Prévention de la maladie parodontale

Évidemment, un des meilleurs moyens de prévenir et d'arrêter la maladie parodontale est de maintenir l'équilibre de son diabète.

Il semble que le degré de gravité de la maladie parodontale varie en fonction du degré de la maîtrise du diabète.

Car, chez la personne dont le diabète est équilibré, le tissu gingival se comporte de façon presque normale.

Par contre, chez la personne dont le diabète est mal équilibré, la perte osseuse est particulièrement grave.



Prévention et hygiène buccodentaire

Comme toute autre personne, la personne diabétique doit bien brosser ses dents deux à trois fois par jour, utiliser la soie dentaire une fois par jour et utiliser un rince-bouche au fluorure.

De plus, celle-ci doit visiter son hygiéniste dentaire et son dentiste deux à trois fois par année pour un examen et un détartrage.

Voici d'autres raisons de prendre soin de ses dents

Le diabète peut aggraver la maladie parodontale qui, à son tour, peut nuire au traitement du diabète.

Les infections dentaires risquent d'aggraver l'hyperglycémie, avoir un impact sur les maladies cardiovasculaires et mener quelque fois à l'acidose.

Tous ces troubles rendent la normalisation de la glycémie très difficile.

La personne diabétique doit avoir une alimentation équilibrée pour contrôler sa glycémie. Si elle a les gencives sensibles ou les dents mobiles et de la difficulté à mastiquer, elle peut avoir tendance à faire de moins bons choix alimentaires.

Conclusion

Il faut surtout se rappeler que le diabète peut compliquer la santé dentaire, tout comme la santé dentaire peut compliquer le diabète.

Également, qu'il est très important de mentionner à l'hygiéniste dentaire et au dentiste tout changement dans votre situation médicale. Ces professionnels pourront ainsi vous conseiller le plus adéquatement possible.

www.ohdq.com



Le diabète et le soin de votre bouche

Diabète  Québec

 Ordre des
hygiénistes dentaires
du Québec

Chez la personne diabétique, les risques de développer des caries dentaires ou des maladies parodontales sont plus élevés.

Quoique ces problèmes ne soient pas aussi dramatiques et invalidants que certaines autres complications du diabète, ils peuvent nuire à la santé, au bien-être et à l'estime de soi. En fait, un lien a été établi entre les maladies parodontales, les infections chroniques des gencives, les maladies cardiovasculaires, les accidents vasculaires cérébraux et les maladies respiratoires.

Pourquoi la personne diabétique est-elle plus à risque ?

Chez les enfants

1. Ils ont souvent de la difficulté à contrôler leur glycémie. De plus, l'hyperglycémie entraîne un assèchement de la bouche, celui-ci étant causé par une moins grande production de salive.
2. Des recherches récentes ont montré, chez les adolescents diabétiques, des signes d'inflammation des gencives et une production de plaque dentaire plus abondante.

Pour que la carie dentaire se développe, deux facteurs doivent être présents, la plaque dentaire et les glucides.

DONC PLAQUE DENTAIRE + GLUCIDE = ACIDE

L'émail des dents qui est en contact avec cet acide se ramollit (démminéralisation).

Après le repas ou la collation, la salive permet d'éliminer les acides présents dans la plaque dentaire et fournit à l'émail de la dent ramolli des minéraux qui permettent à l'émail de durcir (reminéralisation).

Tant que le processus de déminéralisation et de reminéralisation reste en équilibre, il n'y a pas de carie dentaire.

Chez les enfants diabétiques, l'assèchement des muqueuses de la bouche rend cet équilibre plus précaire.

Donc, pour prévenir la carie dentaire, voici deux facteurs à modifier:

1. Augmenter la protection de la dent contre les acides
2. Diminuer le nombre de bactéries très cariogènes

Voici comment :

Brossage de dents



Un bon brossage de dents effectué correctement deux fois par jour accompagné d'un dentifrice avec du fluor permettra d'éliminer la plaque dentaire sur les dents.

Parfois, l'utilisation d'une brosse à dents électrique peut être un avantage intéressant pour augmenter la motivation de l'enfant et accroître sa dextérité.

La soie dentaire

Également, l'utilisation de la soie dentaire une fois par jour est importante pour déloger la plaque dentaire qui se trouve entre les dents.

Habituellement, les enfants n'ont pas la dextérité nécessaire pour bien passer la soie dentaire avant la 5^e année scolaire. Il sera donc important qu'un adulte puisse les aider à passer la soie dentaire quotidiennement.

Manger un morceau de fromage

Prendre un petit morceau de fromage ferme immédiatement après avoir consommé un aliment contenant des glucides aide à prévenir la carie dentaire.

Pourquoi?

- Il augmente la quantité de salive en bouche (effet protecteur)
- Il fournit des minéraux importants à la dent (calcium et phosphore)
- Il empêche la production d'acides forts présents dans les bactéries de la plaque dentaire

La gomme avec xylitol

Mastiquer de la gomme contenant du xylitol 2 à 3 fois par jour pendant 5 à 20 minutes permet de diminuer le nombre de bactéries causant la carie dans la plaque dentaire.

D'autres excellents moyens de prévention sont:

- Les AGENTS DE SCÉLLEMENT DE PUIITS ET FISSURES
- Utilisation d'un RINCE BOUCHE AVEC FLUORURE
- Utilisation d'une PAILLE afin de diminuer le contact d'une boisson acide sur les dents
- Se RINCER LA BOUCHE AVEC DE L'EAU tout de suite après l'ingestion d'une boisson acide (jus de fruit, boissons gazeuses) peut aussi aider à protéger l'émail des dents

