

LE BRUXISME EN 10 QUESTIONS

Le bruxisme, qui se manifeste par un grincement ou un serrement des dents, principalement nocturne (80% des cas), concerne environ 10 à 15 % de la population française, mais fait encore l'objet de beaucoup d'interrogations, notamment en ce qui concerne ses causes et origines.



Si les personnes bruxomanes présentent pour la plupart les mêmes symptômes (douleurs dans les joues, les mâchoires, les tempes et en avant de l'oreille au réveil, usure accélérée de la surface dentaire...), la pluralité des facteurs d'usure excessive des dents autres que le bruxisme (comme l'ensemble des érosions acides : sodas, agrumes, régurgitations...) peut induire des erreurs dans le dépistage des patients concernés.

1- Qu'est-ce que le bruxisme ?

Il existe deux types de bruxisme soit le grincement intempestif des dents du bas contre les dents du haut, soit le serrement continu des mâchoires, c'est-à-dire le fait de contracter les muscles mandicateurs en dehors de l'action de mastication requise au moment des repas par exemple.

2- Quelles en sont les causes ?

Les causes du bruxisme sont encore mal connues, mais il apparaît que le stress est très souvent mis en évidence chez les individus bruxomanes. On distingue par ailleurs deux grandes origines du bruxisme : celle liée à une altération de l'occlusion et celle résultant d'une manifestation psychosomatique.

3- Comment se diagnostique-t-il ?

Les symptômes sont le plus souvent constitués par l'usure des dents (qui peuvent être extrêmement abrasées car les forces de serrage des mâchoires développées pendant le sommeil sont beaucoup plus importantes que celles qu'on rencontre à l'état vigile) et le bruit caractéristique provoqué par le grincement perçu par l'environnement des patients bruxomanes. Les abrasions peuvent aboutir à des destructions importantes aussi bien sur les dents que sur les prothèses. Les sujets bruxomanes se plaignent par ailleurs souvent de douleurs faciales, au niveau des mâchoires notamment.

4- Comment prévenir le bruxisme ?

Le bruxisme, notamment nocturne, survient généralement avant la phase de sommeil paradoxal et n'est pas conscient donc pas « contrôlable ».

5- Le bruxisme survient-il uniquement la nuit ?

Le bruxisme est le plus souvent nocturne (80 % des bruxomanes) et en général, les bruxomanes ne grincement pas des dents le jour. Cependant, on rencontre des patients qui utilisent, de jour, leurs dents pour des activités parafunctionnelles qui aboutissent à des usures plus ou moins importantes.

6- Comment se traite-t-il ?

Aujourd'hui, on ne traite que ses conséquences, et dans certains cas, on peut prévenir ses dégâts. Si les travaux sur le sommeil aboutissent, on peut espérer que des médicaments intervenant sur les neuro-transmetteurs seront peut être capables de limiter les épisodes de grincements et donc les destructions. Si les destructions dentaires sont très avancées, on entre dans le cadre de restaurations par prothèses fixées (couronnes). Celles ci sont pour partie prises en charge par la sécurité sociale. Il est aussi possible de limiter ou de prévenir les effets des grincements (sur les dents naturelles ou sur les prothèses) en utilisant des orthèses orales (autrement appelées « gouttières », elles coûtent environ 160 € remboursés par la sécurité sociale après demande d'entente préalable) qui protègent les arcades dentaires. L'usage de la toxine botulique pour relâcher les tensions des muscles mandicateurs peut également être envisagé dans certains cas.



LE BRUXISME EN 9 QUESTIONS

7- Un bruxomane bruxe-t-il toute sa vie ?

Pas nécessairement. On peut être sujet au bruxisme de façon épisodique et temporaire.

8- Quelles en sont les causes ?

Tout à fait, et il n'est pas rare de rencontrer des dents de lait complètement abrasées par le bruxisme.

9- Quels sont les risques pour la santé bucco-dentaire et la santé en général ?

Les risques principaux sont l'usure, le déchaussement voire la fracture des dents, la perte des tissus dentaires (émail, dentine et pulpe) et les douleurs articulaires et musculaires. Outre les difficultés de mastication et les risques d'infection des dents très atteintes, on ne peut ignorer les lourdes conséquences du bruxisme vis à vis de l'esthétique du visage et du sourire. Le bruxisme peut également entraîner une hypersensibilité au chaud et au froid, des dégâts sur les gencives et les articulations temporo-mandibulaires, mais aussi des maux de tête et des douleurs cervicales.

