



Sandrine.  
femme énergique

## Sandrine, née en 1980

A 34 ans, Sandrine se sent en pleine forme. Avec une vie personnelle et professionnelle bien remplie, elle a bien d'autres projets en tête que de consulter un dentiste. D'ailleurs, elle n'est pas la seule : entre le moment où les jeunes gens quittent le giron familial et celui où ils ont des enfants, sa génération déserte les professionnels de santé, notamment les spécialistes. Ses dents risquent d'en payer le prix fort...

### Que risque Sandrine dans les 10 ans qui viennent ?

Sandrine est dans l'âge paradoxal, où l'on se sent en pleine santé sans pour autant l'être vraiment si l'on s'arrête sur sa bouche... Ainsi, les maladies gingivales peuvent se développer dès 30 ans.

1 adulte sur 2 de plus de 35 ans présente des signes cliniques de parodontite (étude UFSBD et CETAF, Fév. 2005)

Quand elle mange une glace, Sandrine ne perçoit pas que sa saveur : sa sensibilité dentaire au froid est devenue importante. C'est un signe d'érosion dentaire. L'érosion dentaire, qui touche 1 jeune adulte sur 3 (étude ESCARCEL, août 2013), est provoquée par une trop grande consommation de produits acides ou par un brossage traumatique : horizontal, et non vertical ou en rouleau comme le recommandent les chirurgiens-dentistes.

Pour Sandrine, comme pour tous les adultes, jeunes et moins jeunes, plusieurs facteurs risquent de fragiliser progressivement la santé bucco-dentaire et de détériorer la santé globale, comme le tabagisme, une alimentation déséquilibrée, le grignotage, la consommation d'alcool, une mauvaise hygiène bucco-dentaire ou le stress au travail...

Bonne nouvelle : Sandrine est enceinte !  
Moins bonne nouvelle, les modifications hormonales ont tendance à fragiliser ses gencives qui vont saigner fréquemment. De plus, les effets des changements métaboliques liés à sa grossesse (vomissements, changements d'habitudes alimentaires...) renforcent le risque carieux.  
Grâce aux propositions de l'UFSBD, Sandrine peut d'ores et déjà bénéficier d'une **consultation chez le chirurgien-dentiste dans le cadre du parcours de santé de la femme enceinte, au 4<sup>e</sup> mois de grossesse pris en charge par l'Assurance Maladie.**

**Sandrine :** *Je suis en bonne santé, je n'ai pas mal aux dents, pourquoi aller voir un dentiste ? »*

**Le chirurgien-dentiste de Sandrine :** *« C'est important de venir tous les ans car la maladie parodontale, qui touche les tissus de soutien des dents, n'est absolument pas douloureuse et ne débute que par un très léger saignement des gencives.*

## Sandrine : son sourire dans 10 ans, la recommandation de l'UFSBD

### CE QUI DOIT CHANGER

Les adultes, et notamment les jeunes actifs, ne doivent pas être oubliés par les actions de prévention. C'est le moment où leur capital dentaire est menacé par les maladies parodontales sans qu'ils s'en rendent réellement compte.



### SI LES PRÉCONISATIONS DE L'UFSBD SONT SUIVIES...

- Sandrine atteindra ses 45 ans avec un risque fortement réduit de développer une maladie parodontale conduisant à un édentement. En effet, elle aura bénéficié d'un **examen bucco-dentaire pris en charge par l'Assurance Maladie à 35 ans**. Ce rendez-vous aura permis notamment le dépistage précoce des maladies gingivales, des faiblesses des tissus de soutien des dents, et donc la possibilité d'y remédier ou de les prévenir, par des soins ou de simples gestes quotidiens d'hygiène adaptés.
- A son travail, Sandrine aura assisté à un atelier de prévention, où elle aura appris à éviter à ses dents les risques liés à son mode de vie très actif, sédentaire, et éventuellement, stressant. **Les actions de sensibilisation et de prévention sur le lieu de travail** que l'UFSBD propose de rendre obligatoire dans les contrats collectifs de couverture complémentaire à partir du 1<sup>er</sup> janvier 2016, permettront d'installer la prévention au plus près des personnes et de prévenir les conséquences des modes de vie et du stress sur la santé bucco-dentaire.
- Si Sandrine est fumeuse, il lui sera préconisé par son médecin traitant ou par tout autre professionnel de santé de **consulter chaque année son chirurgien-dentiste pour un dépistage du cancer de la cavité buccale. Son chirurgien-dentiste pourra également la conseiller et l'accompagner dans son sevrage tabagique**, éventuellement par l'intermédiaire de substituts nicotiques pris en charge par l'Assurance Maladie, et la guider ainsi vers l'arrêt du tabac.