



C'est la rentrée !

Organisez-vous et prenez soin de votre santé bucco-dentaire !

Planifiez vos rendez-vous



Pensez à caler votre **VISITE ANNUELLE DE CONTROLE** avec votre dentiste pour vous-même et votre conjoint ! Pensez également à emmener le petit dernier, pour sa première visite, dès sa première bougie ! Si vous souffrez d'une **maladie chronique**, n'oubliez pas que **2 VISITES PAR AN** s'imposent.

Afin d'optimiser votre hygiène bucco-dentaire quotidienne, pensez à utiliser du **FIL DENTAIRE** et un **BAIN DE BOUCHE de prévention**. L'UFSBD préconise de passer le fil dentaire ou une brossette entre chaque espace inter-dentaire après chaque brossage. Pensez à changer votre **BROSSE A DENTS** à chaque saison, et à choisir un **DENTIFRICE AU FLUOR adapté** pour chaque personne du foyer suivant son âge ou sa pathologie dentaire.

Adoptez les bonnes techniques d'hygiène



Changez vos habitudes alimentaires



On évite le grignotage pour limiter les attaques acides responsables des caries. En plus des **2 BROSSAGES INCONTOURNABLES MATIN ET SOIR**, pendant 2 minutes, on se **rinçe la bouche à l'eau** ou on mâche pendant 20 mn au moins, un **CHEWING-GUM SANS SUCRES**, après chaque prise alimentaire au cours de la journée.

A propos de l'UFSBD :

Organisme officiel de la profession dentaire depuis 1966 et Centre Collaborateur de l'OMS, l'Union Française pour la Santé Bucco-dentaire (UFSBD) représente les **38 000 chirurgiens-dentistes** qui agissent au quotidien pour la santé bucco-dentaire de tous les français, **au sein de leur cabinet**. Grâce à la mobilisation de ses 15 000 membres, l'UFSBD se positionne également comme un véritable **acteur de santé publique en dehors du cabinet dentaire**. Son engagement sur le terrain, depuis plus de 50 ans, auprès des populations les plus sensibles (jeunes enfants, adolescents, femmes enceintes, personnes âgées dépendantes, personne en situation de handicap, personnes précaires...), en fait l'acteur principal de la promotion de la santé bucco-dentaire en France. Parallèlement, l'UFSBD accompagne depuis plus de vingt ans l'évolution des pratiques professionnelles des équipes dentaires grâce à une offre de formation aussi étoffée que professionnelle.



CONTACTS PRESSE

Dr Christophe LEQUART, christophelequart@ufsbd.fr
Christine LECOINTE, christinelecointe@ufsbd.fr - 01 44 90 72 84