

Votre dentiste complice de votre santé

QUELS SONT LES PROBLÈMES BUCCO-DENTAIRES FRÉQUENTS CHEZ LES PERSONNES ÂGÉES ?

Les trois quarts des personnes âgées dépendantes ont des problèmes de dentition et des difficultés à manger. Si les aidants surveillent, en général, la santé de leurs proches âgés, les dents ne sont pas toujours la première chose à laquelle ils pensent. Pourtant, l'hygiène bucco-dentaire est importante à tout âge. Découvrez pourquoi il est capital de préserver la santé bucco-dentaire des seniors et surtout comment faire.



● Pourquoi l'hygiène bucco-dentaire des seniors est importante ?

Les problèmes bucco-dentaires sont fréquents chez les personnes âgées : 56 % des résidents en maison de retraite et 42 % des seniors vivant à domicile (après 75 ans) affirment avoir perdu toutes leurs dents (ou presque), d'après la DREES (décembre 2016).

L'hygiène bucco-dentaire des seniors doit être surveillée de la même façon que le reste des facteurs influençant la santé au grand-âge. Une mauvaise santé bucco-dentaire chez les seniors peut en effet entraîner des troubles au niveau de la bouche et des gencives, mais aussi toucher la santé générale.

Les maladies cardio-vasculaires

Certains troubles cardiaques peuvent être liés à des problèmes bucco-dentaires, notamment à la gingivite ou au bruxisme (serrage involontaire des dents). Le bruxisme notamment est susceptible d'accroître le rythme cardiaque et d'entraîner des palpitations cardiaques, alors que la gingivite non soignée augmente le risque d'AVC. L'hygiène bucco-dentaire des seniors est donc nécessaire pour prévenir les troubles cardiaques.

La pneumonie

Une mauvaise santé bucco-dentaire chez les seniors est associée à un risque de pneumonie. L'inhalation des gouttelettes d'exsudat bactérien de la bouche vers les poumons augmente ainsi le risque de maladie respiratoire. Il est donc important de surveiller l'hygiène bucco-dentaire des seniors de votre entourage, qu'ils résident à domicile ou en maison de retraite, surtout lorsqu'ils ne sont pas capables de le faire seuls à cause de la perte d'autonomie.

Le diabète

La parodontite (maladie infectieuse des gencives) entrave l'utilisation de l'insuline par le corps, augmentant les risques de diabète. Inversement, l'hyperglycémie peut également entraîner des parodontites. Le diabète est en outre associé au risque de développer une démence. **Il est donc important de surveiller aussi bien la glycémie que la santé bucco-dentaire des seniors.** Des visites régulières chez le dentiste s'imposent pour éviter ces risques.



> Visionnez la vidéo de Jeanne, grand-mère dynamique, 70 ans



QUELS SONT LES PROBLÈMES BUCCO-DENTAIRES FRÉQUENTS CHEZ LES PERSONNES ÂGÉES ?

La sécheresse buccale

La sécheresse buccale chez les seniors peut être un effet indésirable de différents médicaments, notamment certains traitements contre le cancer, à base de radiations dans le secteur de la tête et du cou. La salive est importante pour maintenir la bouche humide et protéger les dents contre les caries. Elle contrôle les bactéries, virus et champignons et prévient les infections.

Les caries de la racine

Provoquées par l'exposition de la racine dentaire aux acides issus de l'alimentation, **les caries de la racine sont fréquentes chez les seniors.**

Les racines sont exposées lorsqu'elles sont dénudées par récession gingivale. Sans la protection des gencives, les racines ont plus de risques d'être cariées.

La mâchoire mal alignée

Lorsque les seniors perdent leurs dents et que celles-ci ne sont pas remplacées par des prothèses, le reste de la dentition a tendance à se déplacer, les autres dents remplissant les vides. **Les dents mal positionnées rendent l'hygiène bucco-dentaire des seniors plus difficile,** avec un nettoyage des dents et des gencives moins aisé à réaliser.

La stomatite prothétique

La stomatite prothétique est une inflammation des tissus sous la prothèse. Elle peut être due à une prothèse dentaire mal adaptée, à une mauvaise hygiène bucco-dentaire ou à une accumulation de champignons de type Candida albicans. **Cet état touche un tiers des personnes portant des prothèses.**

● Comment améliorer l'hygiène bucco-dentaire des seniors ?

Les troubles bucco-dentaires des seniors peuvent entraîner divers soucis de santé et même être l'une des causes de la dénutrition des personnes âgées.

Pour maintenir la santé bucco-dentaire des seniors, il est important de suivre quelques règles d'hygiène :

- se laver les dents deux fois par jour avec une brosse aux poils souples et du dentifrice contenant du fluor ;
- utiliser une brosse à dents électrique ;
- nettoyer les espaces entre les dents avec un fil dentaire ou des brossettes après chaque repas ;
- rincer la bouche avec un bain de bouche antiseptique une ou deux fois par jour ;
- pour les seniors qui portent des prothèses amovibles, il est important de les nettoyer quotidiennement (les retirer au moins quatre heures par jour ;
- boire de l'eau du robinet ;
- cesser de fumer (le tabagisme augmente les risques de gingivite, caries et perte de dents) ;
- consulter régulièrement le dentiste ;
- manger sain et équilibré, notamment des produits laitiers et des aliments riches en fibres.



>>> LES AUTRES FICHES À LIRE ET LIÉES À CE SUJET

- Fiche diabète
- Fiche maladie parodontale
- Fiche maladie cardiaque
- Fiche prothèse dentaire
- Fiche crème fixative

