

AD MAG

#16

Novembre 2022

Un condensé d'infos et d'actus au service de votre métier d'assistante dentaire.



Votre minute

« Bien-être »

Dr Françoise COTON MONTEIL

Avant le XX^e siècle, les populations respectaient les rythmes des saisons et le repos de la terre en hiver. Journées plus courtes, coucher plus précoce et lever plus tardif, temps de veillée et de partage au coin du feu... l'homme ralentissait... tout comme la nature...

Dans un monde où tout va de plus en plus vite, nous avons tendance à percevoir ce ralentissement naturel hivernal comme une contrainte, un manque d'énergie ou une baisse de performance. Mais, pour l'être humain, RALENTIR en hiver est salvateur. C'est en apprenant à ralentir et à prendre le temps, que vous allez pouvoir prendre du recul, vous recentrer sur vos objectifs, établir correctement vos priorités et gagner du temps pour mieux organiser vos journées.

Quoi de mieux, en ce début d'hiver, que de faire l'autruche ?

Asseyez-vous sur une chaise sans accoudoir sur laquelle vous aurez placé un coussin, un dictionnaire ou une brique de yoga. Votre assise est alors positionnée plus haut que vos genoux (angle ouvert).

- Assis sur le bord de la chaise, pieds au sol légèrement plus écartés que la largeur du bassin, penchez le corps en avant, déposez le ventre sur les cuisses puis relâchez la tête et les bras – cinq longues respirations. Pour remonter, poussez sur les talons pour replacer le bassin à la verticale, déroulez le dos, laissez fondre les omoplates le long de la colonne vertébrale comme la cire d'une bougie, et redressez la tête en dernier.
- Effectuez la contre-posture d'ouverture en plaçant vos mains à l'arrière du dossier de la chaise, poussez le bassin vers l'avant et ouvrez la face avant du corps vers le plafond en arquant le dos – cinq longues respirations. Pour revenir, relâchez les bras, replacez le bassin puis le dos à la verticale et, enfin, la tête.

Vous pouvez répéter cette séquence plusieurs fois jusqu'à détente complète et disparition des tensions présentes dans le bas du dos.



La vie du cabinet

L'activité en odontologie nécessite d'être formé à la notion de « danger » et de « risque » au cabinet dentaire. Notre quotidien comporte une multitude de risques : biologiques, chimiques et allergiques, physiques, radiologiques, etc.

C'est pourquoi il faut savoir se protéger, tout comme protéger les patients de ces différents risques.



Qu'est-ce qu'un équipement de protection individuelle ?

Un équipement de protection individuelle (EPI) est un dispositif ou moyen destiné à être porté par une personne en vue de la protéger contre un ou plusieurs risques susceptibles de menacer sa santé ou sa sécurité.

Les EPI constituent une véritable barrière de protection. Ces équipements sont utilisés pour réduire le plus possible l'exposition et s'ils ne peuvent éliminer un danger, ils peuvent en réduire considérablement les risques de blessure.

Comment choisir son EPI ?

Le choix des EPI se fera donc **en fonction des risques à prévenir, des conditions de travail et des utilisateurs.**

Ils se choisissent en fonction de la tâche à réaliser, la taille de la personne qui le porte, des normes en vigueur, et de la compatibilité entre eux si la situation de travail nécessite l'utilisation combinée de plusieurs EPI.

Afin de faciliter leur usage, l'utilisateur doit comprendre et connaître les risques contre lesquels les équipements de protection individuelle le protègent, les conditions d'utilisation, ainsi que les consignes pour le stockage et l'entretien de ces équipements.



Préserver son capital auditif grâce aux astuces d'Höra

Höra est un outil gratuit de repérage des troubles de l'audition créé par la **Fondation Pour l'Audition**, qui souhaite donner à tous les clefs de la compréhension sur leur audition et sa conservation. Reconnu scientifiquement, il s'appuie sur un test auditif de référence élaboré par des experts en audiologie, appelé le « test des 3 chiffres ».

Ainsi, en 3 minutes seulement, il est possible de tester son audition, et ce même dans un environnement bruyant.

Tester son audition est une étape importante, mais pour aller plus loin dans l'accompagnement de chacun sur la connaissance et la préservation de son capital auditif, Höra offre de nombreux conseils et astuces préventives. Il est également possible de programmer un rappel et ainsi de suivre l'évolution de son audition. L'application est dotée d'un sonomètre, un outil primordial pour décrypter et mesurer son environnement sonore.

Vous avez 3 minutes !

- Test de l'audition en environnement bruyant
- Historique complet des résultats détaillés
- Consultation de conseils et partage des résultats
- Utilisation de l'application à plusieurs avec un seul compte

Téléchargez dès maintenant



Application gratuite



Höra est développé par

Fondation reconnue d'utilité publique,
depuis 2015, à but non lucratif.



höra



Septembre 2022 : l'UFSBD a lancé un site internet 100 % dédié au grand public

maBouchemaSanté.fr

Fiches pratiques, quiz, vidéos, podcasts, forum... ce site a été conçu pour vous permettre d'accompagner au mieux vos patients en complément de leur venue au cabinet. Nous avons conçu une **affiche** pour le présenter... à placer dans votre salle d'attente ! On compte sur vous !



Pour télécharger
votre affiche salle d'attente

Vous avez un patient « à besoins spécifiques » :
aidez-le à s'y retrouver dans la rubrique « **profils** »

- . Diabétique
- . Femme enceinte
- ...

Pour vous

Des **rubriques repères** :

- . S'informer
- . Prévenir
- . Se soigner

Un **accès direct** à
l'information recherchée
sans fioriture

Pour vos patients

À chacun son style
pour s'informer :

- . Textes
- . Vidéos
- . Podcasts

Pour votre cabinet

Un site 100 % dédié à la santé bucco-dentaire
pour les petits et les grands !



PRISE EN CHARGE OPCO EP POSSIBLE

FORMATIONS
100 % PENSÉES
POUR L'ÉQUIPE
DENTAIRE

EN 2023,
POURSUIVONS LE DÉVELOPPEMENT
DE VOS COMPÉTENCES !

✓ **Organisation optimisée au cabinet dentaire : gestion de l'agenda, des stocks et ergonomie de l'espace de travail**

Une journée de formation :

- **Optimiser** votre gestion des stocks.
- **Organiser** l'agenda du cabinet efficacement afin de gagner en sérénité.
- Vous familiariser avec les fondamentaux de l'ergonomie afin de mettre en place un cadre de travail **rassurant**.



✓ **Les clefs d'une communication efficace au cabinet dentaire**

Une journée de formation :

- **Faire face** à toutes les situations avec les patients.
- **Optimiser** votre communication en équipe.
- **Analyser** et **prévenir** les situations conflictuelles dans vos échanges au cabinet.



✓ **Éducation à la santé orale**

Une journée de formation :

- **Motiver** le patient quel que soit son profil.
- **Différencier** les pratiques éducatives et adapter en appliquant les protocoles de brossage et d'hygiène.
- **Accompagner** les patients dans la maîtrise de leur santé bucco-dentaire au quotidien.



✓ **La prise en charge des patients en situation de handicap**

Une journée de formation :

- **Maîtriser** les différents types de handicap pour leur apporter des réponses appropriées.
- **Définir** la place de l'équipe dentaire depuis la surveillance et le dépistage jusqu'à la réalisation de soins bucco-dentaires.
- **Faire le lien** entre les professionnels, la personne en situation de handicap et la famille.



✓ **Initiation à l'hypnose médicale à visée analgésique et anxiolytique**

NOUVEAUTÉ

3 journées de formation :

- **Favoriser** la prise en charge du stress et des pathologies psychosomatiques au cabinet dentaire par l'apprentissage des techniques d'hypnose médiale, notamment pour les patients phobiques.
- **Apporter** des outils pratiques dans la prise en charge des douleurs d'origine organique, psychologique, aiguës ou chroniques par les techniques d'hypnoanalgésie.
- **Améliorer** la gestion des relations thérapeute-patient en optimisant la relation du patient à la situation, à son environnement, et à ses capacités de récupération.



MÉMO : FORMATIONS OBLIGATOIRES

✓ **AFGSU 2 – Les gestes d'urgence au cabinet dentaire**
Revalidation obligatoire tous les 4 ans

- Formation initiale de 3 jours (21 heures)
- Revalidation obligatoire d'1 journée (7 heures)
- En présentiel, partout en France



✓ **Mise à jour Gestion Risque Infectieux – Revalidation obligatoire tous les 5 ans**

- Formation validante 100 % en ligne « Co-pilotez la stérilisation au cabinet dentaire »

Programme,
tarifs &
inscription :



» Découvrir, agir, s'investir !

Différences entre aphtes et blessures

Aphtes et autres ulcérations... les petits « bobos » de la bouche !

Saviez-vous qu'environ 20% de la population souffre d'aphtes à un moment de la vie ?

Bien qu'il s'agisse d'un problème répandu, les ulcères de la bouche, aussi appelés « aphtes », peuvent être désagréables et finissent parfois par créer un inconfort pour les patients.

La survenue des aphtes est précédée par une sensation de cuisson ou brûlure. Le plus souvent, l'aphte est unique mais il peut y en avoir plusieurs (jusqu'à 6) au cours d'une poussée. **Ni contagieux, ni malins**, ils guérissent en moins de deux semaines.

On parle d'APHTOSE lorsque l'aphte propose plusieurs récurrences (plus de 4 par an).

Il est important de consulter le chirurgien-dentiste si des aphtes surviennent fréquemment et sans motif apparent, ou s'ils durent plus de deux semaines.

Comment reconnaître un aphte ?

Généralement, les aphtes sont ronds ou ovales, de 2 à 10 mm, et ils sont entourés d'un halo rouge et net. Ils ont un peu la forme d'un cratère. Ils sont souvent recouverts d'une membrane blanche ou jaune (dit beurre frais), parfois grise.

On parlera d'aphte géant s'il est supérieur à 10 mm et d'aphte miliaire s'il est présent en grand nombre (50 à 100) et de petite taille (moins d'un millimètre).

Ils se localisent sur toutes les zones muqueuses et mobiles (langue, intérieur des lèvres et des joues, plancher de la bouche) mais jamais sur la gencive kératinisée et le palais.

Causes et remèdes

Les causes restent inconnues mais certains facteurs semblent influencer leur apparition :

Le stress, la fatigue, certains aliments (noix, cacahuètes, fromage à pâte dure, fraises...) **et certains médicaments** (AINS, bêtabloquants...).

Les cas récidivants peuvent être dus à des **maladies sous-jacentes** : carence en vitamine B12 ou fer, maladie de Crohn, maladie coéliquue, neutropénie...

On peut supprimer la douleur en prodiguant des **conseils alimentaires** (éplucher les fruits, éviter certains aliments...) et des **conseils d'hygiène bucco-dentaire** (dentifrice sans laurylsulfate de sodium et bain de bouche sans alcool). Des **anesthésiques locaux ou de l'acide hyaluronique** peuvent être prescrits si la douleur est prononcée ou avec un médicament à base de corticoïdes en cas d'aphtes multiples et très douloureux.

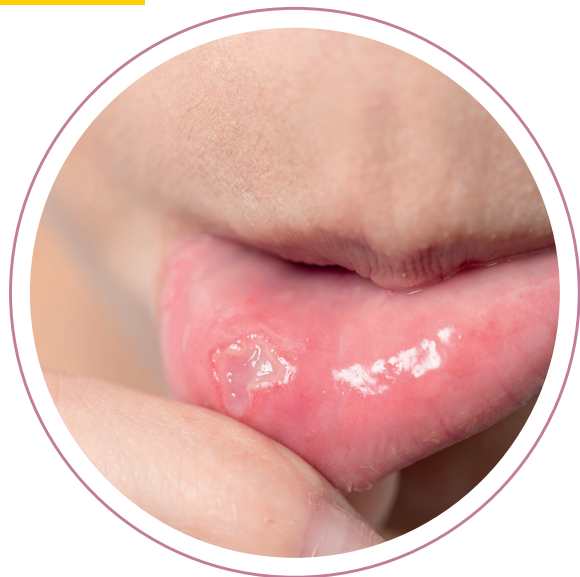
Ne pas confondre :

- ✓ Blessure ou morsure qui sera provoquée par un traumatisme (brosse à dents, appareil dentaire, cigarettes, choc...)
- ✓ Primo-Infection herpétique
- ✓ Varicelle...



Ce que je retiens :

- ✓ L'aphte est une ulcération superficielle douloureuse, de taille variable, à bords nets cerclés d'un halo inflammatoire sur les muqueuses mobiles.
- ✓ On parle d'aphtose lorsque plus de quatre épisodes surviennent par an.
- ✓ Si l'aphte ne cicatrise pas au-delà de 2 semaines, proposer au patient une consultation au cabinet dentaire.



La FAQ de nos patients atteints

de troubles cardiovasculaires

Savoir répondre à leurs demandes...

♥ « Je suis cardiaque et je prends en conséquence beaucoup de médicaments, est-ce que mes dents sont plus fragiles ? »

Non, il faut garder de bonnes habitudes : avoir une alimentation équilibrée et une hygiène bucco-dentaire 2 fois par jour avec une brosse à dents à poils souples et un dentifrice fluoré et ne pas oublier le nettoyage des espaces interdentaires.

♥ « Quel rapport entre mes dents et mon cœur ? »

Une carie non soignée est une véritable porte d'entrée pour les bactéries. Les bactéries présentes dans la bouche vont migrer dans la circulation générale et peuvent venir se greffer sur le cœur avec un risque d'endocardite. L'endocardite est une maladie infectieuse qui peut être mortelle. Les maladies de la bouche sont les premières causes d'endocardite infectieuse.

♥ « Mes gencives se mettent à saigner, est-ce normal ? »

Non, des gencives qui saignent sont des gencives agressées par les bactéries de la plaque dentaire.



Plus que jamais vous devez brosser les dents et les gencives et utiliser éventuellement un bain de bouche après recommandation du dentiste.

En présence de tartre, le dentiste procédera à un détartrage, éliminant ainsi un véritable gisement de bactéries responsables de l'inflammation des gencives. Il ne faut pas laisser s'installer une maladie gingivale car elle peut induire la formation de caillots au niveau des artères du cœur à l'origine d'un infarctus du myocarde.

♥ « Dois-je prendre des antibiotiques avant mes soins dentaires ? »

La prise d'antibiotiques avant les soins dentaires n'est pas systématique. Le dentiste décidera de prescrire des antibiotiques en fonction de la maladie cardiaque et en fonction des soins qu'il devra réaliser.

♥ « Si je me fais soigner, dois-je interrompre mon traitement anticoagulant ? »

Non, même pour une extraction dentaire, il ne faut pas stopper un traitement anticoagulant. Les risques d'hémorragie au cours des soins dentaires sont plus faibles que les risques cardiaques lors de l'arrêt des anticoagulants.

Si le dentiste doit modifier les prises de médicaments, il le fera avec l'avis du médecin traitant.

