

Diabète et santé buccodentaire

Qu'est-ce que le diabète?

Le diabète est une maladie du pancréas qui cause une élévation de la glycémie. Il existe deux types de diabète :

Type 1 :

Il apparaît généralement chez les personnes âgées de moins de **30 ans**;

- aucune insuline n'est produite;
- cette personne doit recevoir quotidiennement des injections d'insuline;
- aucune prévention n'est possible.

Type 2 :

- l'organisme ne produit pas suffisamment d'insuline ou ne peut l'utiliser adéquatement;
- le risque de diabète augmente en fonction de l'âge, de l'inactivité et de l'augmentation du poids corporel;
- on peut le contrôler par un régime alimentaire et/ou une médication et de l'activité physique;
- un mode de vie sain permet de retarder ou de prévenir son apparition.

Y a-t-il un lien entre le diabète et la santé buccodentaire?

On sait que le diabète peut endommager et toucher les yeux, les nerfs, les reins, le cœur et autres importants systèmes de l'organisme. Les diabétiques sont plus susceptibles de développer des maladies des gencives et des infections buccales.

Comment se développe une maladie des gencives?

Lorsqu'une plaque dentaire se forme le long de la gencive et n'est pas enlevée quotidiennement, la gencive devient rouge et enflammée. Elle peut saigner facilement lors du brossage, de l'utilisation de la soie dentaire ou des repas. Ce sont des signes de gingivite. Si la gingivite n'est pas traitée, elle peut évoluer en maladie parodontale (gingivale).

La maladie parodontale affecte les gencives et l'os adjacent. Lorsqu'une plaque dentaire se forme et durcit sous le rebord gingival, on l'appelle « calcul » (tartre). Si le calcul n'est pas enlevé, les gencives se détachent des dents et créent des « poches » d'infection qui entraînent une perte osseuse. Si cette perte est conséquente, la dent peut devenir branlante et tomber. Or le diabète cause l'épaississement des vaisseaux sanguins, ce qui ralentit le flux de nutriments et l'élimination des déchets nocifs. Cela peut affaiblir la résistance de la gencive et du tissu osseux à l'infection. L'hygiène buccale quotidienne est essentielle pour toute personne ayant reçu un diagnostic de diabète de type 1 ou de type 2.

Quels sont les autres problèmes buccaux des diabétiques?

Candidose buccale – La candidose buccale est une infection fongique qui se produit dans la bouche. Les diabétiques peuvent y être plus susceptibles parce qu'une glycémie élevée de la salive favorise la croissance du champignon. Un bon contrôle du diabète, le non-tabagisme (s'abstenir de fumer ou de chiquer), une hygiène buccale quotidienne et le nettoyage quotidien des prothèses peuvent contribuer à prévenir la candidose buccale.

Sécheresse buccale – La sécheresse buccale est souvent un symptôme de diabète non dépisté et non traité qui peut créer une sensation d'inconfort. Lorsque la bouche n'est pas suffisamment hydratée, il peut s'ensuivre des ulcères, des infections, des douleurs, une augmentation de la plaque dentaire et des caries. Un substitut de salive peut améliorer la sensation d'hydratation de la bouche.

Infections – Des infections buccales de tout ordre peuvent s'avérer graves parce que le contrôle de la glycémie devient difficile. La mastication peut alors devenir douloureuse et difficile, ce qui incite un diabétique à choisir des aliments faciles à mastiquer, mais inappropriés sur le plan nutritionnel.

Comment les diabétiques doivent-ils soigner leurs dents et leurs gencives?

L'utilisation de la soie dentaire et le brossage quotidiens sont nécessaires pour préserver la santé buccodentaire. Utilisez une pâte dentifrice au fluor et une brosse à dents douce. Il est important pour les diabétiques de préserver la santé de leurs gencives et de leurs dents naturelles.

Qu'en est-il de l'entretien des prothèses?

Les diabétiques peuvent avoir une résistance plus faible aux infections et connaître des retards de guérison. Il est important pour les personnes qui portent des prothèses de s'assurer qu'elles sont bien ajustées. Dans le cas contraire, ou si vos gencives sont douloureuses, vous devriez communiquer avec un professionnel de la santé buccodentaire.

Protection des dents et des gencives

Le contrôle de la glycémie est le meilleur moyen de prévenir les maladies des gencives et les infections buccales. Des examens dentaires réguliers sont nécessaires pour déceler les problèmes à une étape précoce, lorsque le traitement est le plus efficace. Les diabétiques devraient faire l'objet d'un examen dentaire tous les six mois ou selon les recommandations de leur professionnel de la santé buccodentaire.

Pour de plus amples renseignements, communiquez avec le professionnel de la santé buccodentaire de votre région.

Brossage

Inclinez la brosse vers les gencives. Brossez doucement dans un mouvement de va-et-vient en exerçant une légère vibration sur tous les côtés de vos dents.

Utilisation de la soie dentaire

Enroulez la soie autour des majeurs (utilisez environ 50 cm). Faites doucement glisser la soie entre les dents et sous les gencives. Frottez de haut en bas et de bas en haut, puis passez à la dent suivante.

Extérieur

