

QU'EST CE QUE LA PLAQUE DENTAIRE?

La bouche est l'endroit du corps où l'on retrouve le plus de bactéries. Elles s'accrochent sur la surface des dents, s'organisent et se reproduisent. Cela forme le **BIOFILM**, puis la **PLAQUE DENTAIRE**.

Regarder ce que vous pouvez avoir sur les dents :
FILM PARO (bactéries)

La **PLAQUE DENTAIRE** est visible à l'oeil nu, c'est un hamas blanchâtre ou jaunâtre que l'on retrouve sur les dents.

COMMENT L'ÉLIMINER ?

LE BROSSAGE DES DENTS (voir technique après)

QU'EST CE QUE LE TARTRE DENTAIRE?

Lorsque la plaque dentaire reste assez longtemps sur la surface des dents, cet amas de bactéries peut incorporer des minéraux de la salive et devenir dure. C'est ce qu'on appelle de la plaque minéralisée ou du **TARTRE**.

Comment l'éliminer ? Le brossage dentaire n'est plus efficace. Pour éliminer le tartre un **DETRATRAGE** chez le dentiste est nécessaire.

POURQUOI C'EST SI GRAVE DE MAL SE BROSSER LES DENTS ?

Certaines bactéries de la plaque dentaire au contact des dents, se nourrissent des nutriments de notre alimentation et produisent de l'acide qui attaque l'émail des dents. C'est la cause de la **CARIE DENTAIRE**.

(cf la fiche maladie carieuse)

D'autres bactéries de la plaque dentaire au contact de la gencive provoquent une inflammation de la gencive, visible par des rougeurs et saignements. Si le processus d'inflammation de la gencive n'est pas soigné, cela peut affecter l'os autour des dents. Se sont des maladies parodontales ou appelées aussi **LE DECHAUSSEMENT DENTAIRE**.

(cf la fiche maladies parodontales)

La meilleur façon d'éviter tous ces problèmes et de rester en bonne santé dentaire est d'avoir de bonnes habitudes d'hygiène bucco-dentaire.

Cf la fiche hygiène

TECHNIQUE D'HYGIENE ET BROSSAGE (film)

QUELLE BROSSE À DENT CHOISIR ? (film)

LES MOYENS DE NETTOYAGE INTERDENTAIRE (film)

