

Caries: la clé du problème réside dans la compréhension de la cause!

Selon l'Organisation Mondiale de la Santé, la carie dentaire constitue la maladie humaine la plus fréquente. Elle est la conséquence d'une mauvaise alimentation et d'une hygiène défectueuse ou trop peu efficace.

Le sucre, les mauvaises habitudes alimentaires ainsi que certaines bactéries *mettent les dents en danger*; la salive, une bonne hygiène buccale ainsi que le Fluor *protègent les dents*.

Les habitudes alimentaires et de boissons actuelles, avec beaucoup de collations et boissons sucrées apportent trop, et surtout trop souvent du sucre dans la cavité buccale. Les petits enfants ont souvent «faim» et réclament la plupart du temps des aliments sucrés.

Les bactéries jouent un rôle clé dans la genèse de la carie dentaire en transformant le sucre en acide lactique (glycolyse). Si du sucre se trouve sans arrêt dans la bouche par une consommation répétée, la glycolyse provoque une hyper-acidité constante du milieu laquelle d'une part dérègle l'équilibre entre les 300-600 types de bactéries présentes dans la cavité buccale (flore buccale) et d'autre part commence à décalcifier l'émail.

Lorsque la cavité buccale est constamment acide, beaucoup de bactéries cessent de croître, de se multiplier et leur métabolisme se ralentit. Seules survivent les bactéries acido-résistantes. Celles-ci se multiplient et produisent davantage d'acides par la transformation du sucre, ce qui entraîne une baisse supplémentaire du pH

dans la bouche. Ces bactéries acido-résistantes sont les **streptococcus mutans** et les **lactobacillus**. Avec l'éruption des premières dents de lait, ces bactéries disposent d'une nouvelle surface stable dans la bouche, à laquelle elles peuvent adhérer. Chaque nouvelle dent accroît cette surface et des bactéries amenées par des tiers en léchant des sucettes, en suçant des biberons et en goûtant des bouillies peuvent s'y fixer.

Par conséquent: Un trou dans la dent (caries) ne survient que si la dent est exposée davantage à l'agression des acides (déminéralisation) qu'à l'effet réparateur de la salive (reminéralisation) pendant 24 heures. La carie dans la dent n'est donc pas un «trou dans la dent», mais un «processus infectieux» au cours duquel l'équilibre entre déminéralisation et reminéralisation est altéré.

Ou, exprimé différemment: il n'est pas nécessaire de renoncer à toute sucrerie! C'est la fréquence journalière (et pas la quantité) de la consommation de sucreries qui est décisive pour la survenue des caries. Une alimentation normale, y compris l'adjonction aux repas principaux de desserts sucrés, ne dérègle pas cette harmonie entre les bactéries et s'avère pratiquement sans danger pour l'émail dentaire, car la salive, ainsi qu'une bonne hygiène bucco-dentaire, sont parfaitement capable d'effectuer de petites réparations à la surface dentaire. Cependant, la même quantité de sucre administré sur toute la journée peut avoir des conséquences catastrophiques.

Pour cette raison, les collations, mais aussi les biberons entre les repas ne doivent pas contenir de sucre, afin que la salive ait suffisamment de temps pour neutraliser les acides déposés à la surface des dents après des repas et boissons. Le même danger existe également avec les biberons nocturnes, qui sont souvent faits de thé sucré, de jus d'orange ou autres jus de fruits, de cacao ou de lait. En effet, d'une part les bactéries ne dorment pas, d'autre part la production de salive est très diminuée durant la nuit. Pour ces deux raisons, l'administration de biberons sucrés nocturnes est deux à trois fois plus dangereuse.

Les parents – un facteur de risque cariogène pour l'enfant?

Dans la cavité buccale d'un nouveau-né il n'y a pas encore de bactéries acido-résistantes. Celles-ci n'apparaissent qu'après l'éruption de la première dent de lait, car elles n'adhèrent qu'aux surfaces dures. L'entrée du streptococcus mutans dans la cavité buccale du nourrisson survient par la salive étrangère, le plus souvent depuis la salive de sa mère, de son père ou d'une tierce personne qui a sucé la sucette, la tétine du biberon ou la cuiller de bouillie.

La charge bactérienne de la salive présente dans la bouche du père ou de la mère joue un grand rôle dans cette transmission de bouche à bouche et ceci devrait être reconnu précocement. La transmission des bactéries est spécialement dangereuse lors de l'éruption des dents car les streptococcus mutans transmis peuvent adhérer facilement à l'émail po-

reux. Comme il est très difficile de brosser les dents d'un nourrisson, il faut réduire le risque de transmission par le père ou la mère. Ceci peut être atteint par l'arrêt généralisé de la transmission par sucettes, tétines, cuillers (à ne pas lécher!) ou par une diminution du nombre de germe par une hygiène buccale adaptée.

Il existe des tests qui permettent de mettre en évidence l'importance de la colonisation de la cavité buccale par des streptococcus mutans et des lactobacilles. Ceux-ci peuvent être utiles chez de jeunes ou futurs parents afin d'estimer leur risque de transmission...

Le système de réparation de la cavité buccale

La salive est indispensable pour le maintien de la santé de la cavité buccale, et plus particulièrement des dents. Une mastication puissante stimule la sécrétion de salive par la parotide, qui d'une part permet la stimulation des papilles gustatives, l'humidification des aliments et l'amélioration de leur déglutition, d'autre part permet la recalcification (reminéralisation) de l'émail après des attaques d'acides.

Le pédiatre, un moteur de la prophylaxie dentaire

Comme la plupart des enfants ne seront vus par un dentiste que lors de leur 4^e année (école enfantine), cela sera souvent très tard, voir déjà trop tard pour certaines dents. Les dentistes ont besoin de l'aide de leurs collègues pédiatres pour le dépistage précoce des enfants. Ceux-ci exami-

nent les enfants à l'âge où sont mises en place les habitudes alimentaires et de boissons ainsi que l'hygiène buccale. La reconnaissance des enfants à haut risque de développer des caries à cet âge et leur mise au bénéfice d'une prévention dentaire précoce apporterait beaucoup à la santé dentaire du petit enfant.

L'association suisse des dentistes d'enfants cherche un moyen qui permette aux pédiatres de dépister les nourrissons à risque de caries.

P. Minnig, Bâle

Traduction: R. Tabin, Sierre