

L'hygiène dentaire du nourrisson et du bambin Dental Care for Your Infant and Toddler

Il est important d'adopter une bonne hygiène dentaire pour votre enfant, pour qu'il ait des dents en bonne santé pour toute la vie. Des dents de lait en bonne santé aident votre enfant à bien manger et à parler de façon claire. Les dents de lait guident les dents permanentes à pousser dans la bonne direction. Certaines dents de lait ne sont pas remplacées par les dents permanentes avant l'âge de 12 ou 13 ans.

Lorsque les dents font leur première apparition, elles ne sont pas entièrement formées ou durcies et peuvent se carier facilement. Il est très important de commencer une hygiène dentaire tôt.

Qu'est-ce que la carie dentaire de la petite enfance?

La carie dentaire est provoquée par une bactérie présente dans la bouche. Cette bactérie peut être transmise au bébé. Si les membres de la famille ont des dents en bonne santé, ils transmettront moins de bactéries au bébé.

Réduisez la chance de transmettre des bactéries nuisibles à votre bébé en évitant de partager les brosses à dents, de lécher les sucettes pour les nettoyer et de goûter la nourriture de votre bébé avec la cuillère que vous utiliserez dans sa bouche.

Comment peut-on éviter la carie dentaire?

Une bonne hygiène dentaire comprend le nettoyage et la vérification des dents et de la bouche de votre enfant tous les jours. Relevez la lèvre pour pouvoir voir le rebord des gencives lorsque vous nettoyez les dents et vérifiez s'il y a des taches blanches ou brunes qui peuvent être des signes d'apparition de carie.

Nettoyez doucement la bouche de votre bébé à l'aide d'une brosse à dents souple pour bébés ou d'une débarbouillette humide. Lorsque les dents apparaissent, nettoyez-les à l'aide d'une brosse à dents et d'une très petite quantité de dentifrice fluoré (de la taille d'un grain de riz). Nettoyez les dents de votre enfant le matin et à l'heure du coucher.

Lorsque votre enfant a toutes ses dents, utilisez une petite quantité (de la taille d'un petit pois) de dentifrice fluoré et une brosse à dents souples pour enfants. Il vaut la peine de brosser le dessus de la langue de votre jeune enfant, afin d'éliminer les bactéries qui s'y forment.

Quand mon enfant aura-t-il des dents?

Premières dents supérieures	Apparition	Perte
incisives centrales	Entre 7 et 12 mois.	Entre 6 et 8 ans.
incisives latérales	Entre 9 et 13 mois.	Entre 7 et 8 ans.
canines (cuspides)	Entre 16 et 22 mois.	Entre 10 et 12 ans.
premières molaires	Entre 13 et 19 mois.	Entre 9 et 11 ans.
deuxièmes molaires	Entre 25 et 33 mois.	Entre 10 et 12 ans.

Inférieures	Apparition	Perte
deuxièmes molaires	Entre 20 et 31 mois.	Entre 10 et 12 ans.
premières molaires	Entre 12 et 18 mois.	Entre 9 et 11 ans.
canines (cuspides)	Entre 16 et 23 mois.	Entre 9 et 12 ans.
incisives latérales	Entre 7 et 16 mois.	Entre 7 et 8 ans.
incisives centrales	Entre 6 et 10 mois.	Entre 6 et 8 ans.

Les enfants développent leurs dents à leur propre rythme. La plupart des enfants commencent à faire leurs dents à l'âge de six mois environ. Votre enfant devrait avoir la plupart de ses dents de lait à compter de l'âge de trois ans. Les incisives centrales du bas sont généralement les premières à faire leur apparition et sont suivies par celles du haut. En tout, 20 dents devraient apparaître, 10 sur la mâchoire du haut et 10 sur la mâchoire du bas.

La poussée des dents peut provoquer une sensation de malaise et rendre votre bébé irritable. Il est également possible qu'il n'ait pas envie de manger.

Votre bébé pourrait se sentir mieux si vous le laissez mâchouiller un anneau (ou un jouet) de dentition propre et refroidi ou une débarbouillette humide.

Les biscuits ou gâteaux de dentition ne sont pas un choix judicieux. Ils peuvent coller aux dents de votre bébé et causer des caries dentaires.

Avant d'utiliser des gels, des baumes ou des comprimés pour soulager les douleurs de dentition, consultez votre médecin, votre dentiste ou votre fournisseur de soins de santé.

La poussée des dents ne provoque pas de fièvre. Si votre bébé a de la fièvre ou de la diarrhée pendant qu'il fait ses dents, soignez-le comme vous le feriez en temps normal. Si vous avez des questions ou des inquiétudes sur la fièvre ou la diarrhée de votre enfant, composez le 8-1-1 pour parler à une infirmière ou appelez votre fournisseur de soins de santé.

Un mot sur l'alimentation et la carie dentaire ?

Manger des collations ou des aliments sucrés ou boire des boissons sucrées toute la journée peut augmenter les risques de carie dentaire.

L'amidon et le sucre des aliments produisent un acide qui peut traverser l'émail des dents et causer des caries dentaires. Les jus de fruit, le thé sucré, les boissons gazeuses, tous les types de lait et le lait maternisé contiennent des sucres qui peuvent entraîner des caries dentaires s'ils sont en contact avec les dents pendant de longues périodes. Si un enfant sirote un biberon contenant ce type de liquides pendant de longues périodes, tout particulièrement pendant la sieste ou la nuit, des caries dentaires peuvent se développer. Siroter un biberon, une boîte à jus ou un gobelet pour enfants présente aussi des risques de caries dentaires.

L'eau est sans danger pour les dents. Elle constitue un bon choix entre les repas réguliers et lorsque l'enfant a soif. Faites découvrir le gobelet pour bébés à votre enfant lorsqu'il a entre six et neuf mois.

Un mot sur les sucres

On donne parfois des sucres aux bébés, durant la sieste, le sommeil ou à d'autres moments. Si vous décidez de donner une suce à votre bébé, suivez les conseils ci-dessous :

- Assurez-vous que la routine de l'allaitement est bien établie.
- Choisissez une suce convenant à la taille de la bouche de votre enfant.
- Vérifiez la tétine de la suce régulièrement. Si elle est collante, craquelée ou déchirée, jetez-la.
- Gardez la suce bien propre.
- Évitez de tremper la suce dans du miel ou d'autres substances sucrées pouvant causer la carie dentaire.

Les sucres ne sont pas recommandés une fois que toutes les dents de lait ont poussé, habituellement vers l'âge de trois ans. L'usage régulier de la suce après cet âge peut entraver le développement langagier de l'enfant. Les parents peuvent commencer à « sevrer » les enfants par rapport à la suce dès que possible.

Un mot sur le fluorure

L'Association dentaire canadienne, l'Association médicale canadienne et les professionnels dentaires de la Colombie-Britannique recommandent le fluorure pour prévenir la carie chez les gens de tout âge.

Le fluorure est une méthode éprouvée, efficace et bon marché pour prévenir les caries. Il contribue à solidifier l'émail des dents, ce qui les aide à mieux résister à la carie. Certains dentifrices ne contiennent pas de fluorure et d'autres renferment des ingrédients qui ne sont pas recommandés pour les enfants. Vérifiez toujours l'étiquette. En C.-B., il y a peu de fluorure dans la nature et quelques villes en ajoutent à

l'eau potable. Si vous n'êtes pas certain que votre approvisionnement en eau contient du fluorure, appelez votre unité de santé locale.

En utilisant une petite quantité de dentifrice fluoré deux fois par jour, la plupart des enfants auront assez de fluorure. Votre dentiste peut recommander une plus grande quantité de fluorure pour votre enfant.

Quand mon enfant devrait-il aller chez le dentiste?

L'Association dentaire canadienne recommande des visites régulières chez le dentiste six mois après la première dent de votre enfant ou à l'âge d'un an environ. La première visite de votre enfant chez le dentiste est le moment idéal pour parler de l'hygiène dentaire quotidienne, du fluorure et des habitudes alimentaires. Si vous avez une quelconque inquiétude concernant les dents de votre bébé ou de votre jeune enfant, prenez un rendez-vous avec votre dentiste ou un professionnel dentaire.

Pour plus de renseignements

Les enfants de familles bénéficiaires d'aide au revenu ou d'aide aux primes d'assurance-santé (Medical Services Plan ou MSP) sont admissibles aux soins dentaires de base en vertu du programme Healthy Kids. Pour en savoir plus, composez le 1-866-866-0800 ou visitez le site Web www.mhr.gov.bc.ca/factsheets/2005/healthy_kids.htm.

Pour plus de renseignements sur l'hygiène dentaire, veuillez communiquer avec le programme dentaire de votre unité de santé publique, votre dentiste ou votre hygiéniste dentaire.

Pour les autres sujets traités dans les fiches HealthLink BC File, visitez www.HealthLinkBC.ca/healthfiles/index.stm ou votre unité de santé publique locale.

Pour obtenir des renseignements sur la santé et des services de santé non urgents, cliquez sur www.HealthLinkBC.ca ou composez le 8-1-1 en C.-B.

Les personnes sourdes ou malentendantes peuvent obtenir de l'aide en composant le 7-1-1 en C.-B.

Des services de traduction dans plus de 130 langues sont disponibles sur demande.