



CONSEILS POUR LES PARENTS

PRENDRE SOIN DE LA DENTITION PRIMAIRE

- Afin que votre enfant garde des dents et gencives saines tout au long de sa vie, vous devez commencer à prendre de bonnes habitudes d'hygiène dentaire dès les premiers jours qui suivent la naissance de ce petit trésor.
- Il est essentiel de nettoyer les gencives de votre bébé après chaque boire ou repas avec un linge doux et humide pour enlever les résidus bactériens, et ce même si ses dents ne sont pas encore présentes en bouche.
- Vous devez commencer à brosser les dents de votre enfant dès leur apparition et ce, deux fois par jour. Utiliser une brosse ultrasouple pour bébé et un soupçon de dentifrice non-fluoré. Quand l'enfant est capable de cracher, généralement entre 3-5 ans, utilisez une pâte dentifrice fluorée. La grosseur d'un poids de dentifrice est suffisante car une trop grande quantité de fluor ingérée peut causer des tâches sur les dents permanentes en formation.
- Il est aussi primordial que l'enfant ne s'endorme pas avec son biberon de lait, de jus ou tout autre liquide sucré car cette habitude peut entraîner la carie rampante du biberon, ce type de carie est particulièrement invasif et se propage rapidement. Au besoin, donnez-lui un biberon d'eau.
- Superviser le brossage de leurs dents car parfois le brossage peut être disons... un peu expéditif. Pour que le nettoyage soit bien fait, vous devez brosser les dents de votre enfant vous-même jusqu'à ce qu'il acquiert une dextérité adéquate pour le faire seul, vers l'âge de 5-6 ans.
- Il est vrai qu'il n'est pas toujours facile de motiver les enfants à brosser leurs dents. Pour vous aider, il existe sur le marché des brosses à dent musicale avec un chronomètre afin que le brossage dure assez longtemps. Les pâtes dentifrice pour enfants existent en plusieurs saveurs : fruits, gomme balloune, ...qui sait, ils aimeront peut-être mieux leur goût.
- La 1^{ère} visite chez le dentiste est recommandée vers l'âge de 3 ans. Votre enfant pourra alors se familiariser avec les lieux, les instruments et bien sur le dentiste et son équipe. Pourquoi ne pas emmener l'enfant avec vous lors de votre propre examen de routine afin qu'il puisse vous observer. Cela le rassurera et il voudra probablement faire comme vous.
- Malgré tous vos efforts, votre enfant peut développer une carie sur une dent de bébé. Bien sûr, cette dent tombera... probablement dans quelques années encore. Il est donc très important de la traiter car cette carie grossira rapidement et une infection de la dent (abcès dentaire) s'en



- suivra, entraînant beaucoup de douleur et pouvant avoir des conséquences négatives sur ses dents d'adultes qui elles seront permanentes.
- Pour les enfants très craintifs face au dentiste, il existe quelques ouvrages rigolos sur le sujet qui les aident à visualiser leur visite et à rendre l'évènement beaucoup plus rassurant. Et n'oubliez pas que c'est avec une approche amicale et tout en douceur que l'équipe dentaire fera de leur première visite une expérience positive.