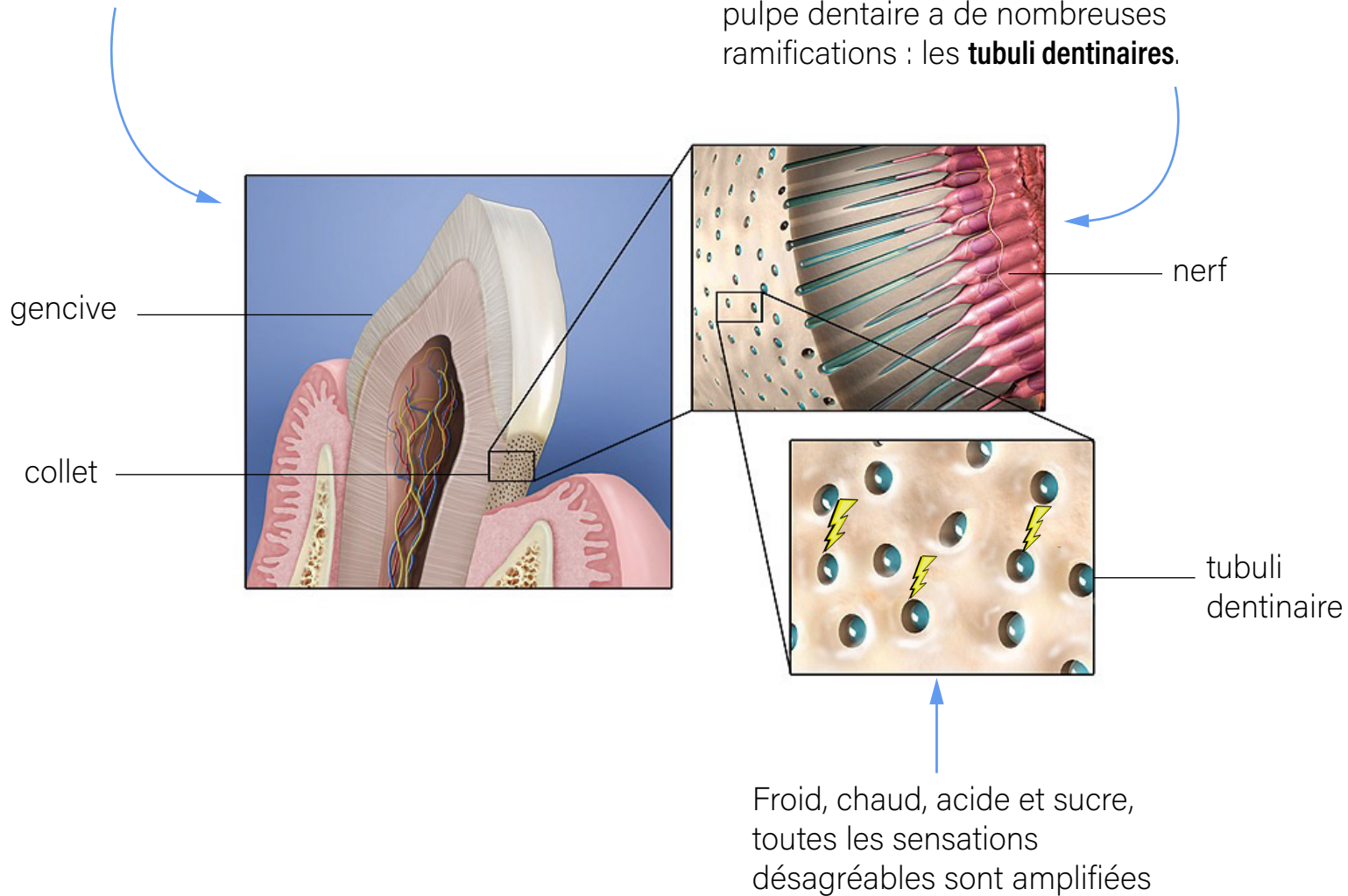


Les dents hypersensibles

Suite au retrait de la gencive au niveau du **collet dentaire** la dent devient hypersensible.

Le « nerf » de la dent est alors en contact direct avec la cavité buccale. En effet, la pulpe dentaire a de nombreuses ramifications : les **tubuli dentinaires**.

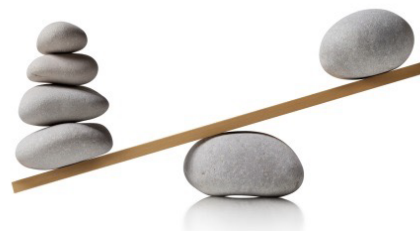


La solution en 3 phases

- ⊗ **STOPPER** le retrait de la gencive
- ⊕ **REMINERALISER** la surface dentinaire, obturer les tubuli
- ⚕ **MAINTENIR** le résultat avec une prophylaxie adaptée

✗ **STOPPER** le retrait de la gencive

Environ 30 % de la population souffre d'**hypersensibilité** dentinaire ! La plupart du temps c'est à cause d'une technique de brossage inadaptée. On ne trouve pas le **juste équilibre** entre nettoyer suffisamment ses dents et ne pas les endommager par excès de zèle. Il faut stopper la progression car le retrait des gencives est **irréversible**.



Cause du retrait des gencives Vous brossez vos dents :	La solution en quelques mots :	... ou bien plus :
> trop intensément , avec une brosse trop dure	> brossez sans force, calmement, en évitant des mouvements en dent de scie, avec une brosse medium ou soft. > Alternative : une brosse électrique	Voir fiche : Brosse à dent électrique
> trop souvent , avec un dentifrice trop abrasif	> Brossez au maximum 3 fois par jour avec un dentifrice peu abrasif (dont le RDA ne dépasse pas 50)	Voir fiche : Bien choisir son dentifrice
Cause du retrait des gencives : Retrait des collets consécutifs à une maladie des gencives	Consultez sans attendre	

✚ **REMINERALISER** la surface dentinaire, obturer les tubuli

C'est heureusement possible grâce à divers produits

Application par le patient :

- > Rinçage 2 fois par jour avec **ELMEX Vert Pro-Argin**
- > Ou appliquer sur les collets : 1 fois par jour durant 2 semaines **ELMEX gelée** avec un Coton-tige.

Application par le dentiste ou l'hygiéniste :

- > Laque au Fluor pour collets dentaires
- > Bonding et recouvrement avec une résine composite

Facteur aggravant :
les aliments riches en acide

- > Ne brossez pas vos dents dans les 20 minutes qui suivent la consommation d'un aliment acide



Tubuli dentinaires bouchés avec du Fluor

👨⚕️ **MAINTENIR** le résultat avec une prophylaxie adaptée

Parlez-en avec le dentiste ou l'hygiéniste lors de votre prochain contrôle.