

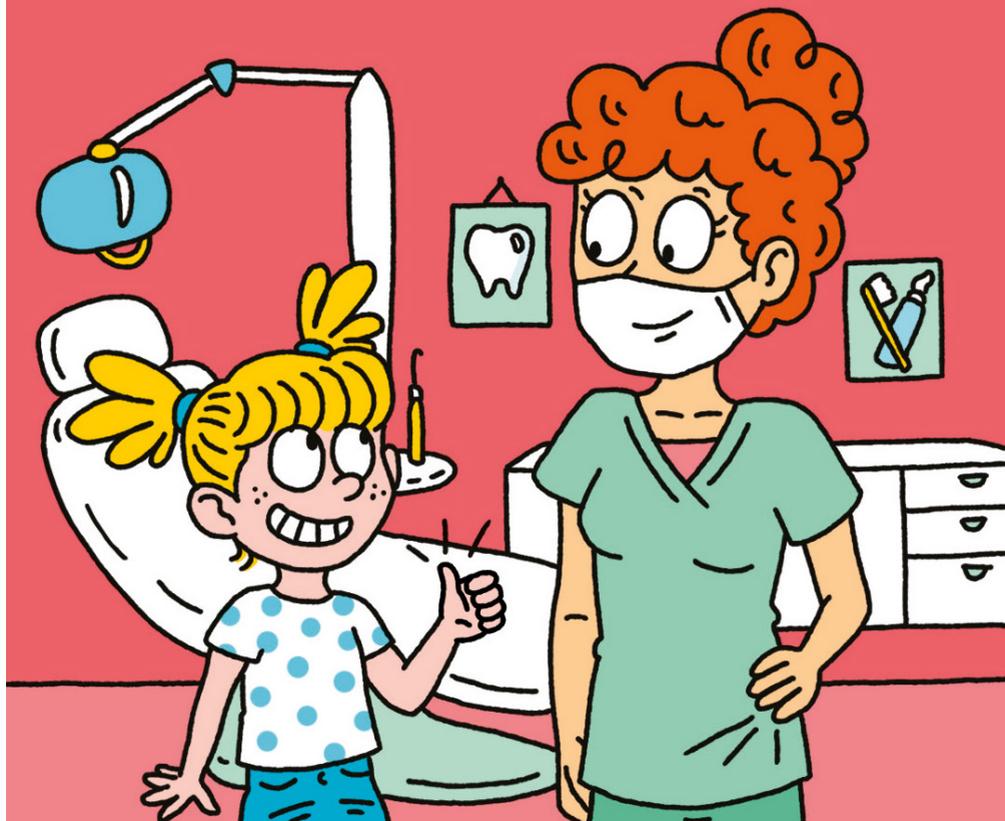


**l'Assurance
Maladie**

Agir ensemble, protéger chacun

Isère

LE GUIDE DES PARENTS POUR DES DENTS SAINES



LA MALADIE DE LA DENT

Qu'est-ce qu'une carie ?

Une carie, c'est un **trou dans la dent**. Il se forme lorsque certaines bactéries, naturellement présentes dans la bouche, fabriquent des acides en se nourrissant de débris d'aliments (notamment les sucres) pour se multiplier. En attaquant les dents, **les acides détruisent la dent en la perçant**.



Entre 18 mois et 3 ans, l'apparition précoce des caries sur les incisives du haut sont dues à l'exposition fréquente des liquides sucrés (y compris le lait maternel ou industriel). **C'est la carie du biberon**.

Les dents cariées, si elles ne sont pas traitées, sont **source de douleurs importantes**. Les dents de lait cariées peuvent aussi conduire à un abcès dentaire.

LA PRÉVENIR



Grâce à une alimentation équilibrée.

Proposez moins d'aliments sucrés, moins de grignotage et plus d'aliments variés.

Grâce à une bonne hygiène bucco-dentaire.

À CHAQUE ÂGE UNE MÉTHODE DE BROSSAGE



Bébé de 6 mois à 1 an

Soit avec une compresse humide, une petite brosse à dents souple ou un doigtier avec de l'eau. Couchez l'enfant sur les genoux ou sur la table à langer. Placez-vous derrière lui pour bien voir ses dents du haut et du bas.



De 1 an à 3 ans

Les parents réalisent le brossage avec une petite brosse souple et du dentifrice adapté. Donnez-lui sa brosse à dents pour qu'il s'y habitue tout en vous regardant vous brosser les dents. Laissez-le d'abord vous imiter. Ensuite, terminez vous-même le brossage de votre enfant en vous plaçant face au miroir, debout, derrière lui, pour bien voir dans sa bouche et en appuyant sa tête contre vous.

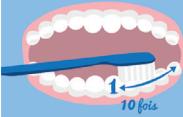
Brosser les dents de son enfant, c'est un vrai jeu de parents !

1 Posez la brosse sur les dents. Brossez d'avant en arrière 10 fois un premier côté.

2 Faites la même chose de l'autre côté.

3 Continuez en brossant un côté des dents du haut.

4 Terminez de la même façon le dernier côté.



À partir de 4 ans

L'enfant se brosse tout seul sous le contrôle des parents.



À partir de 6 ans

L'enfant se brosse tout seul 2 fois par jour pendant 2 minutes.

Changez sa brosse à dents au minimum tous les 3 mois

Combien de fois par jour ?

Avant 2 ans ☾
Tous les soirs au coucher.

Dès 2 ans ☀️ ☾
Matin ET soir,
pendant 2 minutes après le repas.

Quelle quantité de dentifrice ?

6 mois - 3 ans



un grain de riz
(si l'enfant sait cracher)

3 ans - 6 ans



un petit pois

+ de 6 ans



une noisette

En savoir plus

Retrouvez tous les thèmes de la santé dentaire et le dispositif M'T dents sur ameli.fr : abcès dentaire, poussée dentaire, carie dentaire...

www.ameli.fr > assuré > santé > tous les thèmes de la santé

LES RENDEZ-VOUS

M'T dents

Ils sont offerts par l'Assurance Maladie pour les 3, 6, 9, 12, 15, 18, 21 et 24 ans de votre enfant.



Sur ameli.fr, retrouvez toutes les informations sur les rendez-vous



Si vous n'avez pas reçu l'invitation M'T dents par courrier ou si vous l'avez perdue, vous pouvez la retrouver sur votre compte ameli ou appeler le

le **3646** Service gratuit
* prix appel

