



**vous accompagner**

Diabète et santé bucco-dentaire, prenez soin de vous !

- Consulter un dentiste au moins une fois par an c'est important.



La MSA mène de nombreuses actions de prévention pour donner les moyens à chacun de devenir acteur de sa santé.

**La MSA vous aide à prendre soin de votre santé**



Conception et réalisation : MSA d'Ile-de-France - Crédits photos : CCMSA Service Image(s) - Impression : Imprimerie PEAU - 75SB2 - Décembre 2022.



L'essentiel & plus encore



L'essentiel & plus encore

# Diabète et santé bucco-dentaire



## LE SAVIEZ-VOUS ?

LES LIENS ENTRE LE DIABÈTE ET LA SANTÉ PARODONTALE EXISTENT ET DANS LES DEUX SENS.

## LA MALADIE PARODONTALE, C'EST QUOI ?

- ▶ **Les maladies parodontales (MP)** sont des maladies inflammatoires des gencives et des os soutenant les dents. Elles commencent par la gingivite (inflammation des gencives) et peuvent progresser vers la parodontite qui détruit les tissus et les os soutenant les dents.
- ▶ **À un stade avancé, la destruction de l'os provoque la mobilité dentaire et au stade terminal, la parodontite conduit à la perte des dents** (saines ou non).

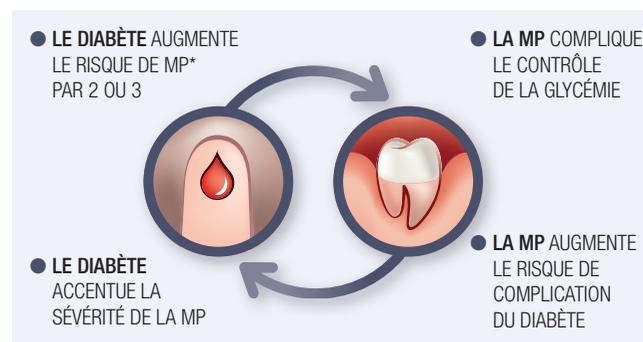
## ENTRE DIABÈTE ET PARODONTITE : UN LIEN À DOUBLE SENS

### ▶ Le diabète augmente le risque de maladies parodontales.

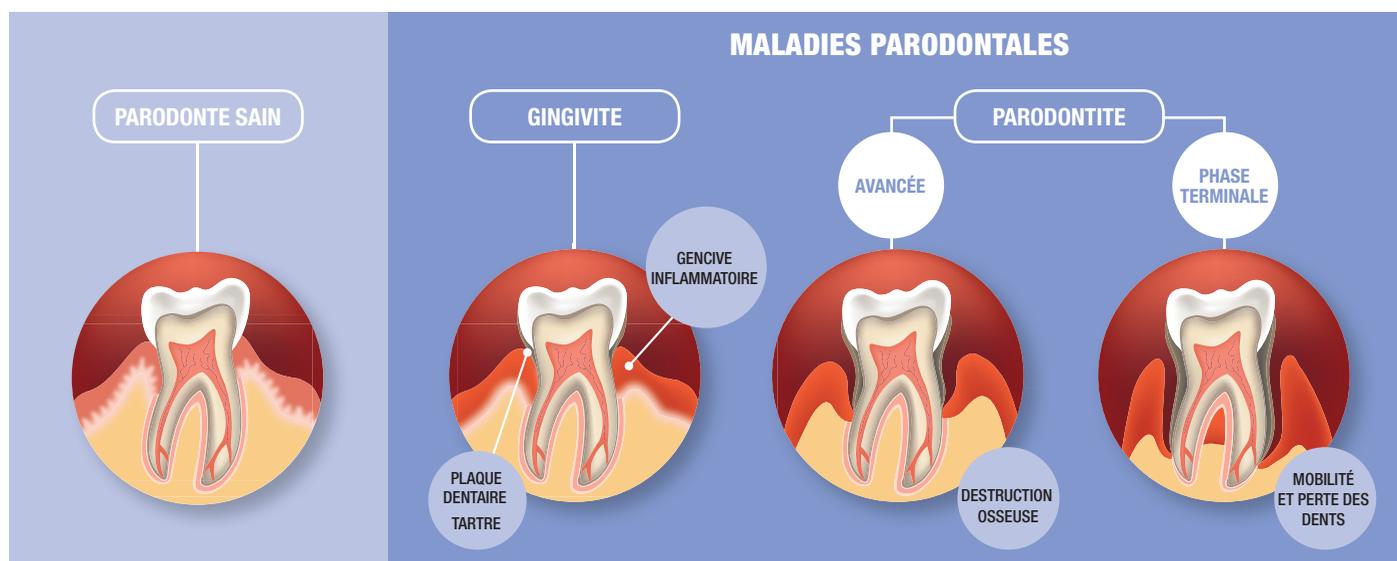
Le diabète favorise l'apparition et le développement de la maladie parodontale (gingivite et parodontite), surtout quand le diabète n'est pas correctement équilibré.

### ▶ Les maladies bucco-dentaires peuvent aggraver votre diabète, donc ses complications.

Les maladies parodontales et les infections dentaires aggravent et augmentent le déséquilibre de la glycémie (taux de sucre dans le sang).



\*Maladie parodontale



# Diabète et santé bucco-dentaire, prenez soin de vous !

## GARDEZ UNE BOUCHE SAINÉ POUR LA GESTION DE VOTRE DIABÈTE

### ▶ Une hygiène bucco-dentaire rigoureuse au quotidien

- Brossez-vous les dents au moins deux fois par jour, des compléments de brossages (brossettes inter dentaires, fil dentaire) peuvent vous être prescrits.
- Votre dentiste vous accompagnera dans l'apprentissage d'une hygiène adaptée pour maintenir une bonne santé bucco-dentaire.

### ▶ Évitez les facteurs de risques de parodontites :

- Le tabac, l'alcool, une alimentation déséquilibrée augmentent et aggravent les maladies parodontales.
- Un accompagnement spécifique peut vous être proposé (tabacologue, diététicien...)

### ▶ Les signes qui doivent vous alerter sur l'état de vos gencives :

- Les gencives rouges, gonflées et sensibles, une mauvaise haleine, des saignements gingivaux spontanés ou au brossage, le déchaussement des dents, des dents mobiles sont autant de signes d'une santé bucco-dentaire altérée.

## CONSULTEZ UN DENTISTE C'EST IMPORTANT

### ▶ Faites un bilan bucco-dentaire au moins une fois par an

- Un examen approfondi des dents et des gencives est recommandé par la HAS\*, pour diagnostiquer les maladies dentaires et parodontales et permettre la mise en place d'un traitement approprié.
- **Le jour de votre consultation, n'oubliez pas de dire à votre dentiste que vous êtes diabétique.** Apportez lui vos dernières analyses de sang et vos appareils de contrôle glycémique si vous les utilisez.

\* La Haute Autorité de Santé (HAS) recommande une consultation une fois par an chez votre chirurgien dentiste au même titre que vos examens systématiques chez les spécialistes dans le suivi de votre diabète. Plus d'infos sur <https://www.has-sante.fr/>