



La prévention et les urgences dentaires

La prévention des traumatismes dentaires est tout aussi importante pour une bonne santé buccodentaire que les visites régulières chez le dentiste et l'hygiène dentaire personnelle, comme le brossage des dents et l'utilisation de la soie

dentaire. Or de simples précautions peuvent suffire à prévenir la plupart des traumatismes dentaires courants.

Prévention chez les adultes

Un grand nombre d'urgences dentaires chez les adultes peuvent être évitées en faisant preuve de bon sens. Voici quelques conseils utiles à cette fin :

- Évitez de mordiller des objets durs qui peuvent casser les dents, comme la glace, des grains de maïs soufflé ou des bonbons durs.
- Utilisez des ciseaux pour couper les rubans et les fils, et non vos dents.
- Portez un protecteur buccal durant la pratique d'activités sportives ou récréatives pour réduire les risques de blessures aux dents, aux lèvres, aux joues et à la langue.

Prévention chez les enfants

Les parents ont un grand rôle à jouer dans le maintien de la santé et de l'hygiène des dents de leurs enfants. De bonnes habitudes alimentaires et une bonne hygiène buccodentaire quotidienne aident à prévenir les caries. Voici quelques conseils pour prévenir les traumatismes dentaires :

- En voiture, utilisez toujours les sièges d'auto pour bébé et veillez à bien ajuster la ceinture de sécurité si l'enfant est plus âgé.
- Les bébés mâchouillent tout ce qui leur tombe sous la main. Gardez hors de leur portée tout objet dur qui pourrait briser leurs dents.
- Les enfants tombent souvent lorsqu'ils font leur premiers pas. Observez votre enfant pour vérifier si