



Les personnes âgées et la santé buccodentaire

La plupart d'entre nous sont conscients qu'une alimentation équilibrée et de l'exercice nous aident à

rester en bonne santé, en particulier lorsqu'on atteint l'âge d'or. Mais savez-vous que votre bien-être et votre santé en général dépendent aussi de votre santé buccodentaire? Les recherches suggèrent qu'il pourrait y avoir un lien entre la santé de votre bouche et la santé de votre corps.

Pour garder votre bouche saine, il faut entretenir une bonne hygiène buccodentaire, manger équilibré, examiner fréquemment sa bouche pour déceler les signes de maladies de gencive, ne pas fumer, ne pas chiquer de tabac, et surtout, consulter régulièrement son dentiste.

Nous avons tous besoin d'examens dentaires réguliers. Même si vous avez des implants dentaires ou si vous portez des prothèses, votre dentiste doit les examiner. Si vous prenez des médicaments qui assèchent la bouche ou causent un gonflement des gencives, votre dentiste doit faire un examen dentaire. Lors de l'examen, votre dentiste recherche non seulement les caries, mais aussi les maladies buccodentaires, les infections, les signes avant-coureurs de cancer de la bouche et les signes d'autres problèmes qui pourraient toucher votre santé en général. Les examens dentaires réguliers aident à déceler les petits problèmes avant qu'ils ne deviennent graves.