

URGENCES et ACCIDENTS que faire ?

TRAUMATISMES DENTAIRES

Dents de lait

- la dent bouge : pas d'urgence même si la gencive saigne un peu.
- la dent s'est déplacée : essayez de la remettre en place à chaud puis prenez un rendez-vous chez votre dentiste.
- la dent s'est cassée et vous voyez une goutte de sang au niveau du trait de fracture de la dent, prenez un rendez-vous en urgence chez votre dentiste. Sinon pas d'urgence.
- la dent est rentrée dans la gencive : il n'y a pas de traitement d'urgence mais prenez un rendez-vous rapidement chez votre dentiste.
- la dent s'est expulsée complètement : il n'y a aucun traitement. On ne doit pas réimplanter une dent de lait.

Dents permanentes

- la dent bouge : pas d'urgence même si la gencive saigne un peu.
- la dent permanente s'est déplacée : essayez de la remettre en place à chaud puis prenez un rendez-vous en urgence chez votre dentiste.
- la dent permanente s'est cassée et vous voyez une goutte de sang au niveau du trait de fracture de la dent : prenez un rendez-vous en urgence chez votre dentiste. Sinon pas d'urgence.

Essayez de retrouver le morceau fracturé et conservez le dans du sérum physiologique ou dans du lait stérilisé.

- la dent permanente est rentrée dans la gencive: il n'y a pas de traitement d'urgence mais prenez un rendez-vous rapidement chez votre dentiste.
- la dent s'est expulsée complètement : il y a urgence : récupérez la dent en la prenant par sa couronne. Si vous le pouvez, réimplantez la dent dans son alvéole après l'avoir rincée sous l'eau sans la brosser. Sinon, conservez la dent dans la bouche entre la joue et les dents ou dans du sérum physiologique ou dans du lait stérilisé dans une poche de glaçons.

Maîtriser le saignement par compression, avec une compresse ou un mouchoir propre.

Contactez votre dentiste ou le service ORL le plus proche ceci le plus rapidement possible.

Plus le délai de réimplantation, si elle est envisageable, est court (moins de 1 heure), plus les chances de succès sont élevées.

- choc sans conséquences visibles : le patient doit néanmoins consulter. Un choc peut avoir des conséquences cachées ou futures. (dents de lait ou permanentes)

DANS TOUS LES CAS IL FAUDRA FAIRE REMPLIR UN FORMULAIRE D'ACCIDENT POUR VOTRE ASSURANCE car l'assurance prend en charge les conséquences d'un accident même plusieurs années

plus tard si cela a été confirmé et déclaré initialement par un médecin-dentiste.

HEMORAGIE

- **Compressez** la zone concernée pendant environ 15 minutes par exemple en mordant sur un tissu ou une compresse propre.
- **Refroidissez** l'extérieur en appliquant un linge rempli de glaçons.

- Contactez votre praticien.

DENTS DE SAGESSE

La région entourant une dent de sagesse fait mal, vos gencives sont enflées signe d'une inflammation ou d'une infection locale.

- Gardez la région aussi propre que possible.
- Rincez vous la bouche avec un bain de bouche antiseptique, appliquer un gel gingival.
- appliquez un sachet de glace sur votre la joue du côté où vous avez mal.
- appliquez une goutte d'huile essentielle de girofle sur la zone sensible.
- Ne pas froter vos gencives avec un antalgique ou de l'aspirine. Cela peut irriter, voir bruler les tissus
- vous pouvez associer 1 gramme de *paracétamol* et un *ibuprofène* 400mg au maximum 3 fois par jour, espacé d'au moins 4 heures.

(paracétamol,ibuprofène : principes actifs présents dans divers médicaments, voir avec votre pharmacien)

DOULEURS DENTAIRES (PULPITE)

- Si la douleur violente arrive la nuit il est préférable de ne pas être complètement allongé pour diminuer la pression sanguine intra crânienne.
- si la douleur est provoquée par l'eau froide, un clou de girofle pilé avec de la mie de pain appliqué dans la dent vous soulagera.
- vous pouvez associer 1 gramme de paracétamol et un ibuprofène 400mg au maximum 3 fois par jour, espacé d'au moins 4 heures.
- En attendant, il vaut mieux ne pas mastiquer sur cette dent et éviter les aliments trop froids ou trop chauds ou trop sucrés.
- Si la douleur est ressentie au niveau de la gencive elle peut être due à un simple bourrage alimentaire : Prenez du fil dentaire et essayez d'enlever délicatement l'aliment coincé, puis faites un bain de bouche antiseptique.

(paracétamol,ibuprofène : principes actifs présents dans divers médicaments, voir avec votre pharmacien)

DESCELLEMENT D'UNE COURONNE

- Séchez le mieux possible la couronne (coton tige, air) et déposez à l'intérieur de la couronne l'équivalent d'une lentille d'adhésif pour appareil dentaire ou à défaut de dentifrice et remettre la couronne en place après vous être brossé les dents. Cela vous permettra de satisfaire à l'esthétique et/ou au confort temporairement en attendant votre rendez-vous.
- Evitez si possible de manger ou dormir avec votre couronne afin de ne pas risquer de l'avaler.
- ne tardez pas à contacter votre dentiste, avant que l'ensemble des dents présentes n'ait eu le temps de bouger.

APHTES



- **Le bicarbonate de soude** : Mélangez le bicarbonate à un demi-verre d'eau et faites un bain de bouche, sans avaler le liquide. Vous pouvez également faire une pâte avec du bicarbonate et un peu d'eau ; l'appliquer sur la plaie et la laisser agir un moment. Puis rincez à l'eau froide sans frotter.
- **L'eau oxygénée** : Prenez un bout de coton ou une gaze et trempez-le dans l'eau oxygénée. Appliquez-le directement sur la lésion trois fois par jour. Cela servira à calmer la douleur et à prévenir d'éventuelles infections.
- **La glace** : un glaçon peut en même temps réduire l'inflammation et calmer la douleur. Placez un glaçon sur la plaie autant de fois que vous le jugerez nécessaire pendant la journée.
- ne pas utiliser un produit à base d'alcool.
- Ne pas déposer un comprimé d'aspirine sur la lésion.
- Evitez tout aliment acide et/ou pimenté.

En cas de plaie qui ne cicatrise pas dans la bouche, il est indispensable de consulter votre praticien. En effet, toute plaie qui ne cicatrise pas peut cacher ou révéler une maladie buccale grave.

ABCES OU GONFLEMENT

- En cas de suspicion d'abcès (sensibilité de la dent à la pression et à la chaleur, gonflement de la gencive, de la joue, présence de pus...), il va de

soi que **la consultation rapide d'un dentiste s'impose.**

- En cas d'abcès de la gencive un bain de bouche antiseptique peut vous aider à condition de ne pas en faire plus de deux par jour (à haute dose, les actifs antiseptiques peuvent provoquer des brûlures).

- Essayer de minimiser le gonflement soit en appliquant un sac en plastique contenant des glaçons (enveloppé dans un linge) ou encore un cataplasme d'argile verte additionnée de 2 à 3 gouttes d'huile essentielle de clou de girofle par cuillère à soupe de cataplasme.

- vous pouvez associer 1 gramme de paracétamol et 1 ibuprofène 400mg au maximum 3 fois par jour, espacé d'au moins 4 heures. (antalgique) mais consultez rapidement votre praticien qui pourra vous prescrire les **antibiotiques** dont vous pourriez avoir besoin.

(paracétamol,ibuprofène : principes actifs présents dans divers médicaments, voir avec votre pharmacien)

PERTE D'UNE OBTURATION DENTAIRE

- Nettoyez bien votre dent ou faites un bain de bouche tiède si elle est sensible au brossage.

- Evitez de mastiquer sur cette dent.

- Protéger temporairement la dent en bouchant la cavité avec un chewing gum sans sucre par exemple (une gomme sucrée causera sans doute de la douleur).