



GUIDE

# Parodontite

Comprendre,  
prévenir et traiter





## Chers patients,

Saviez-vous que la parodontite représente l'une des affections chroniques les plus fréquentes à travers le monde? Malgré cela, de nombreuses personnes ne se rendent pas compte qu'elles sont concernées. La parodontite n'est en effet généralement pas douloureuse, et les premiers signes de la maladie ne sont souvent pas suffisamment pris au sérieux. Si elle n'est pas traitée, la parodontite peut entraîner la perte des dents ainsi qu'un risque accru de maladie cardiaque ou de diabète sucré pour les personnes atteintes. La parodontite est pourtant parfaitement guérissable, en particulier si la maladie est détectée rapidement et si le patient ainsi que l'équipe de soins dentaires travaillent en étroite collaboration.

Ce guide a pour vocation de vous informer sur l'origine de la parodontite et son traitement. Il a été préparé et publié conjointement par les sociétés professionnelles de parodontologie en Allemagne (DG PARO), en Autriche (ÖGP) et en Suisse (SSP).

Vous allez y découvrir tout ce qu'il est utile de savoir sur les causes et les facteurs de risque de la parodontite, ainsi que sur le traitement de la maladie. Vous trouverez également des conseils sur la manière de contribuer vous-même à préserver votre santé bucco-dentaire et sur les premiers signes de la maladie parodontale qu'il convient de surveiller.

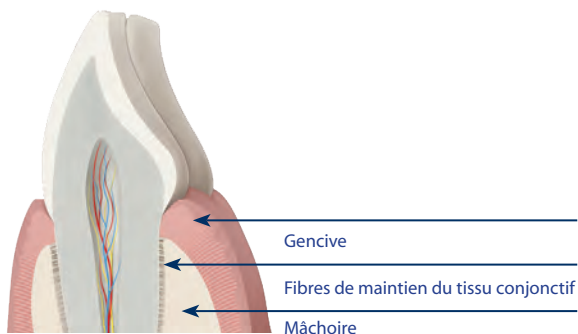
N'hésitez pas à demander conseil à votre dentiste! Vous trouverez plus d'informations sur les sociétés professionnelles scientifiques à la fin de ce guide et sur internet.

**Nous vous souhaitons une excellente santé!**



## Parodontite - Pourquoi les dents perdent-elles leur maintien?

La parodontite fait partie des maladies chroniques les plus fréquentes chez l'Homme. Il s'agit d'une affection inflammatoire qui touche toutes les parties du parodonte.

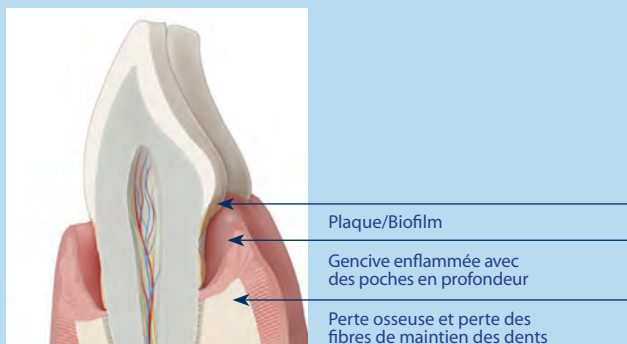


La structure de soutien de la dent (parodonte) se compose de plusieurs parties. Outre la gencive et la mâchoire, ce sont surtout les fibres fines du tissu conjonctif qui assurent le maintien de la dent. Le parodonte est unique et ne peut être remplacé.

La parodontite est provoquée par les bactéries présentes sur la plaque dentaire (biofilm). Plus de 700 types de bactéries peuvent ainsi coloniser la cavité buccale. La plupart d'entre elles sont inoffensives et font partie intégrante de la flore bactérienne saine de la bouche. Mais une hygiène bucco-dentaire inadaptée augmente la quantité de bactéries sur les dents et déséquilibre la flore bactérienne buccale passant de saine à malade (dysbiose). Si la plaque dentaire, initialement molle, n'est pas complètement éliminée, elle se solidifie par le biais d'une superposition de minéraux: ainsi se forme le tartre qui favorise à son tour la croissance de la plaque. Le corps réagit alors à cette plaque bactérienne modifiée et accrue en déclenchant une inflammation. Dans un premier temps, ce processus n'affecte que les gencives.

Les premiers signes d'inflammation gingivale (gingivite) sont un gonflement et/ou une rougeur des tissus, et un saignement des gencives lors des repas ou du brossage des dents. Contrairement à une parodontite, la gingivite reste limitée aux gencives et n'entraîne aucune lésion durable sur les tissus de soutien de la dent. Une fois la plaque dentaire éliminée, les gencives se rétablissent complètement. Cette inflammation n'est cependant pas à prendre à la légère, car elle peut signifier le début d'une parodontite.

Lors d'une parodontite, le corps met en place une réaction de défense immunitaire qui affecte toutes les parties du parodonte et détruit l'os de la mâchoire ainsi que les fibres de soutien de la dent: la dent commence alors à bouger. Si la maladie est déjà avancée, les dents finissent par tomber. La parodontite représente la cause principale de perte des dents chez les adultes.



La parodontite est une maladie qui ne survient généralement qu'à un âge avancé. Il existe également une forme de parodontite évoluant très rapidement, pouvant toucher les enfants et les adolescents.

La cause de la parodontite est toujours une accumulation de bactéries sous la forme de plaque dentaire (biofilm). En l'absence de dépôt bactérien, ni la gingivite, ni la parodontite ne peuvent apparaître.

## Le risque de parodontite est différent selon les personnes

La gravité et l'évolution de la parodontite sont déterminées par plusieurs facteurs: la quantité et le type de bactéries à l'origine de la maladie et la force du système immunitaire.

Plus les bactéries sont agressives et les défenses immunitaires faibles, plus la maladie se déclare de façon rapide et forte. La défense contre l'infection peut être affaiblie par des facteurs de risque externes, tels que le tabagisme ou un stress prolongé.

Les fumeurs sont bien plus souvent atteints de parodontite que les non-fumeurs. L'évolution de la parodontite est plus grave, et les fumeurs répondent moins bien au traitement que les non-fumeurs.

Le tabagisme représente l'un des facteurs de risques les plus faciles à modifier dans la parodontite. Certaines maladies générales, telles que par exemple le diabète sucré, peuvent avoir des effets importants sur la cavité buccale et augmenter le risque de développer une maladie parodontale. De même, une alimentation déséquilibrée et le manque d'exercice sont également considérés comme des facteurs de risque. Vous avez donc la possibilité de réduire ces facteurs de risque en adoptant un mode de vie sain.

Votre hygiène bucco-dentaire personnelle et le tabagisme représentent les facteurs de risque modifiables les plus importants de la parodontite.



## Les premiers signes auxquels prêter attention

La parodontite entraîne rarement une douleur, raison pour laquelle cette maladie n'est souvent détectée qu'à un stade très avancé. Une parodontite commence toujours par une gingivite, or celle-ci n'est souvent pas facile à reconnaître. Vous allez ensuite très probablement remarquer que vos gencives saignent de plus en plus souvent, et sont également gonflées et rouges. Mais il existe d'autres signes d'avertissement auxquels il est essentiel de prêter attention.

### Signes potentiels d'une parodontite

- Saignement fréquent des gencives (lors du brossage, mais également spontanée, par ex. lorsque vous mastiquez)
- Gencives rouges et gonflées
- Haleine forte permanente et/ou goût désagréable dans la bouche
- Les gencives se rétractent
- Dents sensibles (collet dentaire)
- Écoulement de pus par les poches parodontales
- Dents bougent et migrent



## Premiers symptômes de la maladie?

**Prenez immédiatement rendez-vous chez votre dentiste pour en avoir le cœur net!**

Vous observez un changement dans vos gencives et/ou vos dents? Il est important que vous consultiez votre dentiste. Lui/Elle seul(e) peut poser un diagnostic fiable et prendre les mesures thérapeutiques appropriées pour prévenir d'autres lésions. Lors de la consultation, votre dentiste peut contrôler l'état des gencives grâce à un examen de dépistage de la gencive: l'examen de base parodontal/l'indice de santé parodontale (Periodontal Screening Index, PSI). Il/elle vérifie ainsi rapidement l'état de santé du parodonte et s'assure que les maladies graves de la structure de soutien de la dent ne sont pas négligées.



Cet examen ne prend que quelques minutes et est indolore. Dans le cas où l'examen PGU/PSI suscite un soupçon de maladie parodontale, le diagnostic final ainsi que le traitement nécessaire sont établis après un examen clinique et radiologique plus complet.

Seules des visites régulières chez votre dentiste permettent de dépister à temps les changements et de mettre en place un traitement parodontal rapidement. En effet, les maladies parodontales sont faciles à traiter dans les stades initiaux. Il est donc généralement possible d'éviter la rétractation de la gencive et la perte des dents résultant de cette maladie parodontale non traitée.



## **La parodontite peut être traitée de manière efficace**

Une parodontite existante est facile à traiter. Grâce à un dépistage précoce de la maladie et un traitement systématique, il est possible d'arrêter la progression de la maladie et d'améliorer de façon significative l'état du parodonte.

L'élimination complète de la plaque bactérienne à l'origine du problème représente la base de tout traitement.

L'équipe de votre cabinet procédera ici en plusieurs étapes:

### **Phase de nettoyage**

Au cours de la première phase de traitement, vous recevez des instructions détaillées avec des conseils pratiques pour garantir des soins dentaires optimaux à domicile. En plus de la bonne technique de brossage, ces mesures comprennent également l'utilisation d'outils pour nettoyer les espaces interdentaires.

Vos faces dentaires sont également débarrassées de tous les dépôts mous et durs qu'il est possible d'atteindre, puis polies. Selon la situation initiale, plusieurs rendez-vous peuvent être nécessaires pour effectuer ces opérations. Grâce à cette première phase de nettoyage, la quantité de bactéries et l'inflammation superficielle sont réduites.

### **Traitement parodontal avec intervention sous-gingivale**

Sous anesthésie locale, les dépôts bactériens sont éliminés des surfaces radiculaires sous le bord gingival ou dans les poches parodontales (sous-gingivales). Pour les évolutions cliniques les plus graves, il peut être nécessaire de combiner cette intervention sous-gingivale sur les surfaces radiculaires avec l'administration d'antibiotiques. La prise d'antibiotiques doit avoir lieu le plus rapidement possible avant ou après le nettoyage sous-gingival.

Après quelques semaines, votre dentiste réalise une nouvelle évaluation de vos gencives. Et si le traitement effectué n'a pas suffi à éliminer les poches parodontales, votre dentiste vous proposera d'autres étapes de traitement. En cas de poches parodontales particulièrement profondes et difficiles à atteindre, une intervention chirurgicale peut être nécessaire afin de réaliser un nettoyage minutieux. Les surfaces radiculaires sont alors nettoyées sous anesthésie locale afin de traiter au maximum les recoins dans lesquels se cachent les bactéries. Il peut également être utile de mettre en place un traitement par médicaments pour favoriser la régénération.

## Traitement d'entretien

La thérapie parodontale de soutien (Recall/Maintenance), adaptée aux besoins et maintenue tout au long de la vie, a pour but de préserver le résultat du traitement obtenu. Lors des visites de suivi, les dents et les gencives sont contrôlées et nettoyées par un professionnel.

Vous découvrez également à cette occasion les endroits pour lesquels vous devez améliorer votre hygiène bucco-dentaire. La fréquence des rendez-vous de maintenance dépend de la gravité de la maladie et du risque de survenu, et ce au cas par cas. Le succès à long terme du traitement parodontal dépend de votre implication en termes d'hygiène bucco-dentaire quotidienne et des soins réguliers prodigués par l'équipe du cabinet dentaire.

Vous devez impérativement respecter votre traitement d'entretien. En l'absence de soins réguliers, la maladie réapparaîtra et la destruction du parodonte se poursuivra.

Votre collaboration est décisive pour garantir le succès du traitement parodontal. Veillez donc à honorer vos rendez-vous de soin et de suivi, et à entretenir une hygiène bucco-dentaire de qualité chaque jour.

## Que puis-je faire de mon côté pour éviter la gingivite et la parodontite?

Les maladies du parodonte ne sont pas une fatalité. Vous pouvez les éviter grâce à une hygiène bucco-dentaire adaptée et minutieuse, complétée par un suivi professionnel.

Brossez-vous les dents au minimum deux fois par jour, le matin et le soir avant de vous coucher. L'équipe de votre cabinet dentaire vous montrera la technique adéquate pour éliminer efficacement le dépôt bactérien de toutes les faces dentaires. Si vos gencives sont saines, un brossage de deux minutes est suffisant pour prévenir les gingivites. Mais si vous souffrez déjà d'une maladie des gencives, le nettoyage adéquat de vos dents prendra beaucoup plus de temps.

Vous pouvez utiliser une brosse à dents manuelle ou une brosse à dents électrique pour obtenir un brossage adéquat. Toutes deux sont efficaces. Le plus important est de mettre en place la technique optimale et d'utiliser les outils adaptés à vos besoins.



Les brosses à dents ne permettent de nettoyer que les surfaces de mastication et les parois des dents. Les espaces interdentaires sont souvent négligés. La situation est encore plus difficile en présence de dents inclinées, de plombages et de prothèses. Vous devez donc nettoyer tous les espaces interdentaires une fois par jour avec des aides supplémentaires. Cela empêchera la formation de plaque dentaire néfaste à cet endroit. Pour ce faire, des brosses interdentaires spéciales (brossettes interdentaires) existent et sont disponibles dans différentes tailles. Mais lorsque les espaces interdentaires sont étroits, il est parfois impossible d'utiliser de telles brosses. Le fil dentaire représente donc le moyen idéal pour nettoyer les interstices à ces endroits.

En cas de gingivite existante, une solution de rinçage de la bouche peut apporter des avantages supplémentaires.

Notez toutefois qu'elle ne remplace pas le brossage des dents et le nettoyage interdentaire.

Il est important d'adapter les outils de nettoyage des dents à votre situation personnelle, et d'évoquer, démontrer et pratiquer leur utilisation avec votre équipe de soins dentaires. Des «instructions d'hygiène bucco-dentaire» adaptées permettent d'éviter de causer des lésions aux gencives et aux dents. N'hésitez pas à demander conseil à l'équipe de votre cabinet dentaire.



## Soins dentaires personnels

- **Brossez-vous les dents minutieusement deux fois par jour avec une brosse à dents et du dentifrice.**
- **Utilisez une brossette interdentaire pour nettoyer les espaces interdentaires (ou du fil dentaire en cas d'espaces interdentaires très étroits). Demandez conseil à votre équipe de soins dentaires pour choisir et utiliser les outils de nettoyage des dents. Mettez en pratique les conseils et recommandations prodigués!**
- **Les solutions de rinçage de la bouche offrent des avantages complémentaires au brossage des dents dans le traitement de la gingivite. Ils ne remplacent toutefois PAS le brossage mécanique des dents et ne réduisent pas le temps nécessaire pour se brosser correctement les dents.**



## L'évaluation du risque de la parodontite - auto-test

La DG PARO s'est associée à l'université de Greifswald pour créer et valider un auto-test, grâce auquel il est possible d'évaluer facilement son propre risque de développer une parodontite. Ce test est également disponible sous forme d'application.

Facteurs de risques	Catégories	Points
Quel âge avez-vous?	20 à 29 ans	0
	30 à 39 ans	2
	40 à 49 ans	4
	50 à 59 ans	6
	60 à 69 ans	8
	70 à 81 ans	10
Quel est votre sexe?	femme	0
	homme	1
Fumez-vous?	non	0
	autrefois	1
	oui	2
Combien d'années a duré votre scolarité?	0 à 10 ans	1
	plus de 10 ans	0
Vos gencives saignent-elles après le brossage des dents?	non	0
	parfois	1
	souvent	2
Vos dents bougent-elles?	non	0
	oui	3
Calculez le total pour obtenir votre niveau de risque de développer une parodontite		

Points	Risque de développer une parodontite
0 – 4	<b>4 – 23%</b>
5 – 6	<b>33 – 45%</b>
7 – 8	<b>58 – 69%</b>
9 – 10	<b>79 – 86%</b>
11 – 20	<b>91 – 100%</b>

Deutsche Gesellschaft für Parodontologie  
(DG PARO)



La DG PARO est la Société allemande de parodontologie. Elle soutient la recherche dans le domaine de la parodontologie ainsi que l'évaluation, la diffusion et la représentation des connaissances scientifiques. Cette société conseille et soutient ses 5000 membres depuis plus de 90 ans.

[www.dgparo.de](http://www.dgparo.de)

Österreichische Gesellschaft für  
Parodontologie (ÖGP)



Österreichische Gesellschaft für  
Parodontologie

L'ÖGP est membre à part entière de l'EFPP (la fédération européenne de parodontologie) depuis 2001, et compte 600 membres (dentistes et assistant(e)s en prophylaxie). Elle soutient la formation dans le domaine de la parodontologie et sa diffusion dans les cabinets.

[www.oegp.at](http://www.oegp.at)

Société suisse de parodontologie (SSP)



La SSP est une société professionnelle spécialisée dans les soins dentaires comptant 600 dentistes et hygiénistes dentaires. Elle encourage les discussions sur le sujet de la parodontologie au niveau du grand public, dans les cabinets, les cliniques, l'enseignement et la recherche, et organise des conférences professionnelles et des formations. Elle reconnaît également la formation de dentistes spécialisés en parodontologie.

[www.parodontologie.ch](http://www.parodontologie.ch)



CP GABA, la filiale de CP GABA en Autriche et GABA Suisse appartiennent au groupe Colgate-Palmolive, fabriquant leader de produits de soins bucco-dentaires disposant de son propre service de recherche et développement.

[www.colgateprofessional.ch](http://www.colgateprofessional.ch)



La Société allemande de parodontologie (DG PARO), l'Association autrichienne de parodontologie (Österreichischen Gesellschaft für Parodontologie, ÖGP) et la Société suisse de parodontologie (SSP) fournissent des informations supplémentaires sur leurs sites Web.

[www.dgparo.de](http://www.dgparo.de)

[www.oegp.at](http://www.oegp.at)

[www.parodontologie.ch](http://www.parodontologie.ch)

Crédits photos ©

P.1 iStock, laflor | P.21 iStock, woraput

P.4, 5 DG PARO/Schütze | P.7, 8, 12 Daouk

P.6 iStock, Sezeryadigar

P.11, 13 iStock, Peoplelmages

Ce guide partenaire est publié par la Société allemande de parodontologie (DG PARO), l'Association autrichienne de parodontologie (Österreichischen Gesellschaft für Parodontologie) et la Société suisse de parodontologie. L'impression est gérée par CP GABA.

Vous pouvez commander ici des exemplaires pour votre cabinet:

D: CP GABA GmbH Servicecenter, [CSDentalDE@CPGaba.com](mailto:CSDentalDE@CPGaba.com),

Fax: +49 (0)180 - 510 129 025

AT: Gebro Pharma GmbH, [evelyn.wieser@gebro.com](mailto:evelyn.wieser@gebro.com),

Fax: +43 53 54 5300-2732

CH: Service client GABA Suisse: [CSDentalCH@gaba.com](mailto:CSDentalCH@gaba.com),

Fax: +41 (0) 31 580 00 43



## Expert des gencives

**meridol® perio Solution Chlorhexidine 0,2%  
pour le traitement concomitant à court  
terme des inflammations aiguës**



### meridol® perio Solution Chlorhexidine 0,2%

- Après une chirurgie de la bouche et en cas d'inflammation bactérienne des gencives et des muqueuses buccales
- Réduction à court terme du nombre de bactéries
- Format de conditionnement adapté à un traitement
- Goût agréable
- Sans alcool

### Brosse à dents spéciale meridol®

- Élimination de la plaque efficace et en douceur
- Extrémités très fines et douces des soies
- Recommandée en cas de gencives enflammées ou lésées, par ex. suite à une intervention chirurgicale (implant, traitement parodontal)

meridol® perio Solution Chlorhexidine 0,2% est un médicament autorisé. Vous trouverez des informations professionnelles et destinées aux patients sur [www.swissmedicinfo.ch](http://www.swissmedicinfo.ch).

# **meridol® PARODONT EXPERT – Un soin bucco-dentaire quotidien pour les patients atteints de parodontite**



## **Dentifrice meridol® PARODONT EXPERT**

- Spécialement conçu pour les patients souffrant de graves problèmes de gencives jusqu'à la parodontite
- Concentration élevée\* de composants antibactériens pour une protection renforcée des gencives contre la parodontite
- Effet anti-inflammatoire indirect pour soutenir le processus de guérison naturel des gencives
- Goût agréable et effet notable

## **Brosse à dents meridol® PARODONT EXPERT**

- Soies TriTip extra-douces pour un nettoyage en profondeur du rebord gingival et une pression réduite\*\* sur les gencives

## **meridol® SPECIAL FLOSS**

- Élimination en profondeur de la plaque dans les grands espaces interdentaires, sur les bridges et les couronnes et autour des implants
- Prévention ciblée des inflammations
- Nettoyage doux grâce au format épais spécial du fil

**Également disponible:  
meridol® – Soins bucco-dentaires quotidiens  
pour prévenir la gingivite et la parodontite**



\* Par rapport au dentifrice meridol®.

\*\* Par rapport à une brosse à dents classique avec une configuration des poils plate.