Adolescents et jeunes adultes

North Bay Parry Sound District Health Unit
Bureau de santé du district de North Bay-Parry Sound

Oral Health
Santé buccodentaire
myhealthunit.ca



Adolescents et jeunes adultes

Avoir une bonne santé buccodentaire, c'est important pour votre sourire, votre confiance et votre santé en général. Brossez-vous les dents deux fois par jour, utilisez la soie dentaire tous les jours et consultez régulièrement un dentiste.

Dents de sagesse

- Les dents de sagesse apparaissent vers la fin de l'adolescence ou au début de la vingtaine.
- Si elles n'ont pas assez d'espace dans votre bouche, elles peuvent causer de l'enflure, des infections ou de la douleur à votre mâchoire.
- À l'aide de radiographies, le dentiste peut déterminer si les dents de sagesse ont assez d'espace pour entrer en place ou s'il vaut mieux les enlever.

Protecteur buccal et sports

- Protégez-vous les dents en portant un protecteur buccal lorsque vous pratiquez des sports de contact.
- Un protecteur buccal fabriqué dans un milieu dentaire est adapté à votre bouche pour offrir un meilleur confort et une meilleure protection.
- Nettoyez et séchez bien le protecteur après chaque utilisation avant de le ranger dans son contenant.
- Vérifiez régulièrement l'état du protecteur et mettez-le bien en place.

Vapotage, cannabis et produits de tabac

- Ces produits peuvent tacher les dents, causer une mauvaise haleine et endommager les gencives.
- Ils peuvent augmenter le risque de problèmes de santé, tels que le cancer de la bouche
- Consultez régulièrement le dentiste afin de surveiller tout changement dans votre bouche.

Vomissements et maladies

- Vomir souvent peut amincir l'émail des dents à cause du contact répété avec les acides de l'estomac. Cela s'appelle l'érosion dentaire.
- Les dents exposées à ces acides sont plus sensibles, plus vulnérables aux caries, paraissent plus jaunes et se brisent plus facilement.
- Rincez-vous la bouche avec de l'eau après avoir vomi. Attendez au moins 30 minutes avant de vous brosser les dents afin d'empêcher les acides de l'estomac de se répandre sur vos dents.

Perçage dans la bouche

- Un perçage dans la bouche peut causer de l'enflure et de l'infection dans la région.
- Les dents situées près d'un perçage peuvent s'écailler ou se briser.
- Dans certaines régions de la bouche, le perçage peut endommager un nerf.
- Si vous choisissez un perçage dans la bouche, consultez un dentiste pour discuter des options sécuritaires. Choisissez un perceur réputé et suivez les conseils d'entretien.

Sexe oral

- Les infections transmissibles sexuellement, comme le virus du papillome humain (VPH), peuvent être transmises par le contact peau à peau, ainsi que pendant le sexe oral. Avoir plusieurs partenaires de sexe oral peut augmenter le risque de cancer de la bouche et de la gorge plus tard dans la vie.
- Le sexe oral n'est pas sans risque. Utilisez une digue dentaire, faites-vous vacciner contre le VPH et visitez un dentiste régulièrement.

Contactez le Bureau de santé pour vous renseigner sur les programmes dentaires disponibles pour les enfants, les adultes et les aînés *admissibles* : **1.800.563.2808,** poste **5227.**

myhealthunit.ca/ Troussesdesantébuccodentaire