

Que doivent savoir les transplantés au sujet **des soins dentaires?**



Les patients devraient-ils subir un examen dentaire avant de recevoir la transplantation?

Les candidats à la transplantation devraient subir un examen dentaire dans le cadre de leur évaluation prétransplantation. L'examen effectué par votre dentiste dans le cadre de votre évaluation en vue d'une transplantation permet de vérifier la santé de vos dents et de vos gencives. Une telle vérification est importante, car certains des médicaments que vous prendrez après la transplantation pourraient vous rendre plus sensible aux infections. Maintenir vos dents dans la meilleure santé possible alors que vous êtes en attente d'un organe vous aidera à améliorer vos résultats après la transplantation.

Soins dentaires après la transplantation

Pendant votre rétablissement après la transplantation, vous en apprendrez beaucoup sur la façon de prendre soin de vous et de votre nouvel organe. Vous découvrirez plusieurs choses sur les médicaments, le rejet et l'infection. Toutefois, il y a quand même de nombreux soins de routine à faire. Prendre soin de ses dents et de ses gencives (hygiène buccale)

est important pour tout un chacun. Chez les personnes en attente d'une transplantation d'organe et chez celles qui ont reçu une transplantation, le maintien de dents et de gencives saines est un domaine de soins essentiel. La présente brochure traite de différentes questions relatives aux soins dentaires et aux meilleures façons de prendre soin de vos dents et de vos gencives.

Pourquoi pourrais-je avoir des problèmes avec mes dents ou mes gencives?

Il existe plusieurs raisons pour lesquelles vous pourriez avoir des problèmes avec vos dents ou vos gencives avant et après la transplantation. Pendant que vous étiez en attente d'un organe, il est possible que vous n'ayez pas porté une grande attention à vos soins dentaires parce que vous étiez malade ou que vous ne pouviez pas prendre soin de vous-même aussi bien que quand vous étiez en bonne santé. Les patients très malades avant une transplantation sont souvent dans l'incapacité de se rendre chez leur dentiste pour les examens périodiques et les soins dentaires. Il est difficile pour eux de prendre soin de leurs dents et de leurs gencives en

raison de leur état de santé. Ainsi, certains patients présentent déjà des problèmes dentaires avant de recevoir la transplantation. Après la transplantation, vous avez pu être davantage préoccupé par des problèmes tels que le rejet, les infections ou les effets secondaires des médicaments. Étant donné que vous prenez maintenant des médicaments supprimeurs du système immunitaire, vous pouvez courir un risque accru de problèmes dentaires. Tous ces facteurs peuvent contribuer aux problèmes dentaires après la transplantation.

Quels problèmes dentaires présentent le plus souvent les transplantés?

Les types de problèmes dentaires observés chez les transplantés sont semblables à ceux relevés dans la population générale. Il peut se produire des affections gingivales, des caries dentaires, des ulcérations buccales, une sécheresse de la bouche et des infections dentaires. Certains problèmes dentaires sont des effets secondaires des médicaments que vous prenez après la transplantation. De même, la suppression de votre système immunitaire peut vous rendre plus sensible aux infections.



Affection gingivale (gingivite)

Qu'est-ce qu'une affection gingivale et comment est-elle traitée?

L'affection gingivale, aussi appelée *gingivite*, est une infection du tissu qui entoure vos dents. L'infection peut apparaître dans l'espace entre la dent et la gencive, juste en dessous du rebord gingival. L'infection peut entraîner une dégradation du tissu. À mesure que le tissu se dégrade, il se forme une poche dans l'espace entre la dent et la gencive. Cette poche évoluera vers un type plus grave d'affection gingivale appelée maladie parodontale. Certains médicaments prescrits après une greffe peuvent accroître le risque d'affection gingivale. Le diabète et le fait de fumer ou de chiquer du tabac peuvent

accélérer l'évolution de l'affection gingivale.

Les symptômes de l'affection gingivale (*gingivite*) comprennent:

- Gencives rouges, enflées ou sensibles
- Tendance au saignement des gencives

Les symptômes d'affection gingivale ou de maladie parodontale comprennent:

- Gencives décollées des dents
- Mauvaise haleine (halitose) ou mauvais goût dans la bouche qui persiste
- Mobilité des dents
- Accroissement de l'écart entre les dents
- Modifications dans l'ajustement des dents entre elles lors de l'occlusion



Développement excessif de la gencive

Développement excessif de la gencive (hypertrophie gingivale)

Le développement excessif de la gencive est une autre affection gingivale pouvant se produire chez les transplantés. Il est causé par différents médicaments, notamment certains médicaments anti-rejet. Ces médicaments peuvent stimuler la croissance des gencives au-delà de leurs limites habituelles. Les gencives se développant finissent par recouvrir une partie des dents. Cet accroissement des gencives est appelé *hypertrophie gingivale*. Les gencives hypertrophiées gênent le brossage des dents et le passage du fil dentaire. Il peut se produire des saignements et des infections.

Si vous vous inquiétez d'une hypertrophie gingivale ou du fait que vos gencives se sont développées:

- Communiquez avec votre coordonnateur de la transplantation pour discuter de cet effet secondaire d'un médicament. Demandez-lui si vous prenez un des médicaments qui peuvent provoquer une hypertrophie gingivale.
- En vous brossant les dents, observez vos gencives pour vérifier si elles présentent un gonflement ou une croissance qui dépasse la limite habituelle entre la gencive et les dents.
- Rendez-vous régulièrement chez votre dentiste pour un examen et un nettoyage dentaires.
- Donnez à votre dentiste la liste des médicaments que vous prenez actuellement.
- Si vous présentez une hypertrophie gingivale, brossez-vous les dents conformément aux directives de votre dentiste ou de votre hygiéniste dentaire. Une brosse à dents très douce est recommandée pour éviter les saignements des gencives.

- Discutez de tout problème que vous pourriez présenter au niveau des gencives avec votre spécialiste de la transplantation. Dans certains cas, vous pourriez passer à un type de médicament anti-rejet qui ne provoque pas cet effet secondaire. S'il n'est pas possible de changer le médicament, il est parfois possible de changer la puissance ou la dose du médicament.
- Une chirurgie gingivale peut réduire le tissu gingival si vos gencives présentent une hypertrophie grave. Cela permet de maintenir la santé des gencives et de réduire le risque d'infection.



Dépôts de plaque sur les dents

Caries dentaires

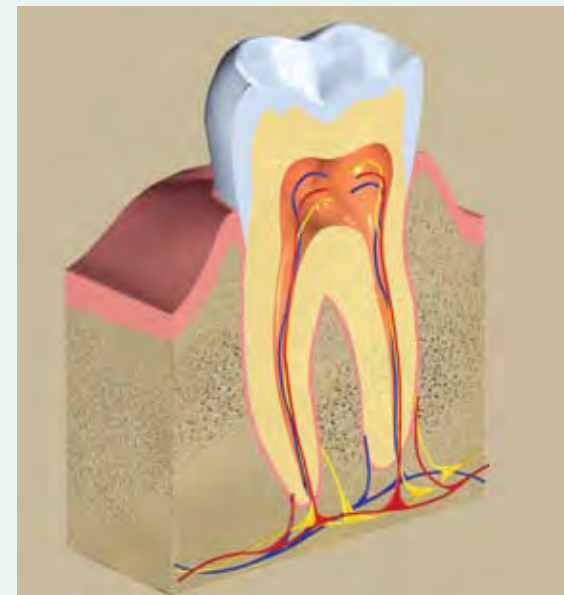
Qu'est-ce que la plaque dentaire et comment entraîne-t-elle la carie dentaire?

La plaque est un film collant, composé de résidus d'aliments et de bactéries, qui se forme continuellement sur les dents. Quand vous avez bu ou mangé des aliments à base de sucre ou d'amidon, les bactéries de la plaque produisent de l'acide qui attaque l'émail dur recouvrant la dent. L'émail peut se décomposer avec le temps en raison des attaques répétées de cet acide. Lorsque l'émail se décompose, cette zone de la dent se dégrade, formant une cavité.

La plaque peut aussi s'accumuler autour de la base des dents. La plaque durcit et devient plus difficile à enlever si vous ne vous brossez pas les dents et ne pas le fil dentaire chaque jour et si vous ne faites pas faire régulièrement des nettoyages. La plaque irrite les gencives, les faisant enfler et saigner, et cette situation peut évoluer vers une maladie parodontale. Le tissu peut aussi devenir infecté.

Pour prévenir l'accumulation de plaque et les complications ultérieures:

- Brossez-vous les dents au moins deux fois par jour avec un dentifrice au fluor, en particulier après les repas et les collations.
- Brossez-vous toujours les dents avant d'aller vous coucher le soir.
- Nettoyez l'espace entre vos dents en passant le fil dentaire une fois par jour.
- Discutez de la meilleure méthode pour vous brosser les dents et vous passer le fil dentaire avec votre hygiéniste ou votre dentiste.
- Consultez votre dentiste ou votre hygiéniste dentaire au minimum tous les six mois, ou plus souvent si nécessaire, en vue de subir un examen et un nettoyage professionnels. L'hygiéniste pourra enlever toute plaque durcie sur votre rebord gingival ou entre vos dents.
- Suivez un régime alimentaire équilibré. Limitez les collations et les sucreries entre les repas. Limitez les aliments riches en sucre et les boissons à base de sucre, en particulier si ils sont en contact prolongé avec vos dents.
- Communiquez avec votre dentiste si vous remarquez toute écaille ou zone rugueuse sur vos dents, si vos dents deviennent sensibles aux boissons ou aux aliments chauds ou froids, ou si vous ressentez une douleur à une dent.
- Faites soigner les cavités le plus tôt possible pour éviter qu'elles évoluent vers une carie et une infection.



Quels autres problèmes buccaux peuvent survenir?

Le **muguet** (*candidose buccale*) est une infection provoquée par un champignon qui vit en temps normal dans votre bouche sans provoquer de problèmes. En raison des médicaments supprimeurs du système immunitaire que vous prenez, ce champignon a la capacité de provoquer une infection. Le risque de contracter le muguet est au plus haut quand vous prenez les doses les plus élevées d'immunosuppresseurs pour prévenir un rejet.

Le muguet se manifeste sous forme de petites plaques blanches dans la bouche, et la région touchée peut être rouge et sensible. Ces plaques apparaissent généralement sur la surface interne de la bouche (*muqueuse buccale*), sur la langue et dans la gorge. Si vous contractez le muguet, vous pourriez avoir de la difficulté à avaler et votre bouche pourrait être sèche. Le muguet est traité par un médicament pouvant être pris sous forme de pastille, de comprimé ou de bain de bouche. Votre médecin vous prescrira ce médicament après la transplantation pour prévenir le muguet, en particulier si vous prenez des quantités importantes de médicaments anti-rejet, y compris la prednisone (*corticostéroïdes*).

Le tabagisme, la sécheresse de la bouche, le diabète et le port d'une prothèse augmentent le risque de contracter le muguet dans la bouche.



Muguet (*candidose buccale*)

Il se produit une **sécheresse de la bouche** (xérostomie) quand il n'y a pas suffisamment de salive pour garder la bouche humide. Provoquée par un mauvais fonctionnement des glandes salivaires, la sécheresse

de la bouche peut être un effet secondaire de certains médicaments. De nombreux médicaments en vente libre, comme les antihistaminiques et les décongestionnants, entraînent une sécheresse de la bouche. Certains des médicaments qui vous ont été prescrits après la transplantation provoquent aussi une sécheresse de la bouche. La sécheresse de la bouche est souvent observée chez les personnes âgées.

Les symptômes fréquents de la sécheresse buccale comprennent: salive épaisse et filamenteuse, mal de gorge constant, sensation de brûlure de la bouche ou de la langue, mauvaise haleine et difficulté à mâcher, à goûter et à avaler. Vous pourriez aussi avoir du mal à parler lorsque vous avez la bouche sèche. La carie dentaire et l'affection gingivale progressent plus rapidement lorsqu'il n'y a pas suffisamment de salive pour rincer l'acide produite par les bactéries de la plaque. La sécheresse de la bouche est dangereuse pour le transplanté, car elle peut irriter les tissus mous dans la bouche. Il se forme alors des ulcérations buccales. La présence d'ulcérations ouvertes dans la bouche peut accroître le risque d'infection.

Si vous avez la bouche sèche, discutez de cet effet secondaire avec votre spécialiste de la transplantation ou votre dentiste. Demandez-leur s'il s'agit d'un effet secondaire d'un des médicaments que vous prenez. Votre dentiste peut recommander certaines façons d'augmenter l'humidité dans votre bouche. Vous pouvez améliorer les symptômes de sécheresse buccale en:

- suçant un bonbon sans sucre pour stimuler la salive
- mâchant une chewing-gum sans sucre
- utilisant de la salive artificielle ou un hydratant buccal en vente libre
- utilisant fréquemment des bains de bouche sans alcool tels que de la solution saline, du peroxyde d'hydrogène à 3%, du soda ou Biotene®
- évitant l'alcool, les aliments salés et la caféine
- buvant souvent de l'eau
- suçant des morceaux de glace



Ulcération buccale

Les **ulcérations buccales** peuvent apparaître sur le tissu mou qui tapisse la bouche (*muqueuse buccale*). Ces ulcérations peuvent apparaître pour différentes raisons, chez les transplantés comme dans la population générale. Chez les transplantés, les ulcérations buccales peuvent aussi être causées par certains médicaments anti-rejet. Une morsure accidentelle de l'intérieur de la lèvre ou une irritation de la bouche causée par une prothèse ou un appareil orthodontique peuvent aussi entraîner la formation d'ulcérations. Les ulcérations usent la muqueuse, ce qui entraîne la formation d'une plaie en creux avec une bordure rouge et un centre jaune ou blanc. Cette zone est généralement enflée et douloureuse. Les ulcérations buccales peuvent entraîner des difficultés à mâcher, à avaler et même à parler. Le fait de manger des aliments mous et peu épicés faciles à avaler comme des potages crémeux, du fromage blanc et du yogourt peut aider à soulager la douleur. Il peut aussi être utile de boire des liquides froids. Certains médicaments en vente libre peuvent être appliqués sur l'ulcération et dans la zone avoisinante pour réduire la douleur. Les patients qui présentent des ulcérations buccales très douloureuses pourront obtenir un soulagement au moyen d'un médicament qui engourdit la zone (*anesthésiant*). Ce médicament est pulvérisé ou appliqué sur la zone irritée. Demandez à votre dentiste quel produit est le mieux adapté à votre cas. Les ulcérations buccales guérissent généralement en 1 à 3 semaines. Communiquez avec votre médecin ou votre dentiste si vous avez des ulcérations buccales qui ne guérissent pas ou si la zone entourant les ulcérations devient plus rouge, plus enflée ou plus douloureuse.

Comment puis-je éviter ces problèmes dentaires?

Avec une bonne hygiène bucco-dentaire, vous pouvez maintenir des dents, des gencives et une muqueuse buccale saines après votre transplantation. Il est facile d'oublier cette partie de votre santé en raison de toutes les autres responsabilités que vous avez en tant que nouveau transplanté. Voici quelques lignes directrices importantes pour maintenir une bonne hygiène dentaire:

- ✓ Brossez-vous les dents au moins deux fois par jour, en particulier après les repas et avant d'aller vous coucher.
- ✓ Passez le fil dentaire entre vos dents chaque jour afin d'enlever les particules d'aliments et la plaque.



Comment dois-je me brosser les dents?

Discutez de la meilleure méthode pour vous brosser les dents et vous passer le fil dentaire avec votre dentiste et votre hygiéniste. Si vous avez des problèmes dentaires, ils peuvent vous conseiller sur la meilleure façon de procéder. Généralement, les étapes suivantes permettent d'effectuer un nettoyage complet:

- Choisissez un dentifrice approuvé par votre association dentaire (approuvé par l'ADA ou par l'ADC).
- Choisissez une brosse à dents en suivant les recommandations de votre dentiste. Une brosse à dents à poils souples est généralement la meilleure solution. Votre dentiste pourrait aussi vous recommander une brosse à dents électrique (rotative).
- Tenez la brosse à un angle de 45 degrés par rapport aux dents, en plaçant les poils de la brosse à dents à la jonction des dents et des gencives.
- Brossez délicatement les faces extérieures et intérieures de vos dents, en haut et en bas, avec des mouvements de va-et-vient

- ✓ Utilisez une brosse à dents ayant une petite tête et des poils souples ou ultra-souples. Les brosses à dents à poils souples permettent une action sécuritaire et délicate pour déloger la plaque et les résidus d'aliments. Les brosses à dents électriques (rotatives) sont aussi recommandées.
- ✓ Brossez-vous les dents pendant 3 minutes environ. Les brosses à dents électriques le font automatiquement.
- ✓ Remplacez votre brosse à dents au moins tous les 3 mois.
- ✓ Rincez-vous la bouche avec un bain de bouche pour aider à diminuer les bactéries, à rafraîchir votre haleine et à réduire la plaque.
- ✓ Consultez votre dentiste ou votre hygiéniste pour des examens et des nettoyages dentaires réguliers tous les 6 mois. Si vous présentez des problèmes dentaires, vous devez subir des examens à intervalles de 3 ou 4 mois.
- ✓ Ayez une alimentation équilibrée et évitez les sucreries.

courts ou des petits mouvements circulaires.

- Brossez l'arrière des incisives, en haut et en bas. Tenez la brosse verticalement (à la verticale plutôt qu'à l'horizontale) et utilisez les poils du bout de la brosse à dents.
- Brossez les surfaces des dents postérieures.
- Rincez abondamment.

Comment dois-je passer le fil dentaire?

- Enroulez le fil dentaire confortablement autour de vos doigts de façon à guider le fil à mesure que vous passez le fil dentaire entre vos dents.
- Faites glisser délicatement le fil dentaire dans un mouvement de va-et-vient entre vos dents en formant un "C" autour de la dent avec le fil dentaire.
- Assurez-vous de bouger le fil dentaire le long de la dent de façon à bien nettoyer l'espace entre les dents ainsi qu'entre les dents et les gencives.
- S'il est difficile d'insérer le fil dentaire entre vos dents, essayez d'utiliser un ruban dentaire. Il est légèrement plus épais que le fil dentaire et peut être utile.

En tant que transplanté, vous devriez aussi:

- ✓ Rappeler à votre dentiste et à votre hygiéniste que vous avez subi une transplantation.
- ✓ Toujours prendre vos médicaments comme vous l'a prescrit votre équipe de transplantation.
- ✓ Faire faire régulièrement vos examens de laboratoire, tel qu'indiqué.
- ✓ Vous assurer de dire à votre dentiste quels médicaments vous prenez.
- ✓ Examiner régulièrement votre bouche et communiquer avec votre médecin ou votre dentiste si vous avez des dents fêlées ou ébréchées, une douleur aux dents, des gencives enflées ou rouges, des saignements, des ulcérations dans la bouche ou des petites plaques blanches sur la langue ou la muqueuse de la bouche.
- ✓ **Souvenez-vous que votre dentiste et votre hygiéniste font partie de votre équipe de transplantation.**



Dois-je faire quelque chose de spécial avant de subir une intervention dentaire étant donné la suppression de mon système immunitaire?

Les transplantés peuvent courir un risque accru d'infection buccale lorsque les gencives ou la muqueuse buccale subissent une lésion lors d'une intervention en raison de la suppression de leur système immunitaire. Les bactéries généralement présentes dans la bouche peuvent provoquer une infection, ce qui peut devenir plus grave si l'infection se propage dans la circulation sanguine. L'infection peut être encore plus risquée en présence de quantités élevées de médicaments anti-rejet, comme au cours du traitement visant à prévenir le rejet.

Si vous voyez votre dentiste pour un examen de routine, aucun traitement spécial n'est nécessaire avant votre rendez-vous. Pour un nettoyage ou une intervention susceptible de blesser la gencive, comme une

extraction dentaire, certains centres de transplantation pourraient recommander de prendre un antibiotique avant l'intervention pour prévenir tout problème d'infection. C'est ce que l'on appelle la *prophylaxie* de l'infection. Votre dentiste vous prescrira l'antibiotique approprié et vous dira comment le prendre. Veuillez communiquer avec votre coordonnateur de transplantation pour connaître le protocole du centre en matière de prévention des infections avant une intervention dentaire.

Que dois-je faire en cas d'urgence dentaire?

En cas d'urgence, comme en cas de dent fêlée ou cassée, de douleur ou d'enflure, veuillez communiquer immédiatement avec votre dentiste. Indiquez à votre dentiste quels médicaments vous prenez ou montrez-lui la liste de vos médicaments. S'il y a un risque d'infection, votre dentiste pourrait vous prescrire un antibiotique avant de commencer toute intervention.

Ne négligez pas une douleur aux dents et ne différez pas un traitement. Il est important de soigner rapidement une dent endommagée afin d'éviter toute complication ultérieure.



Quelle incidence aura mon alimentation sur ma santé dentaire?

Les types d'aliments que vous mangez et vos habitudes alimentaires affectent la santé de vos dents et de vos gencives. Certains aliments favorisent et maintiennent la santé des dents et des gencives, tandis que d'autres favorisent la formation de plaque et de caries dentaires. Une

bonne alimentation est importante pour assurer le maintien de dents et de gencives saines:

- La vitamine C et l'acide folique aident à maintenir des gencives saines. De nombreux fruits et légumes constituent de bonnes sources de ces nutriments.
- Le fer et les vitamines B, qui sont importants pour votre sang, se retrouvent dans les grains entiers. Les pains riches en fibres, les céréales complètes et le riz en sont de bonnes sources.
- Les protéines jouent un rôle important dans la guérison des plaies ainsi que dans la croissance et la réparation des tissus. La viande maigre, le poisson, la volaille et les haricots sont de bonnes sources de protéines.
- Les fruits et les légumes riches en fibres peuvent contribuer à la bonne santé des dents en augmentant le flux de salive, ce qui réduit le niveau d'acide et aide à nettoyer les dents. Le fait de mâcher ces aliments peut aussi aider à nettoyer vos dents.

- Il est aussi utile de boire de l'eau tout au long de la journée. En effet, l'eau aide à réduire la croissance de la plaque et peut aussi aider à déloger les particules de nourriture de vos dents.

Ayez une alimentation qui comprend les quantités appropriées de ces médicaments en fonction de vos besoins de santé. Ne prenez pas d'autres vitamines ou de suppléments à moins que cela ne vous ait été prescrit par votre médecin.

Les glucides peuvent favoriser la formation de caries dentaires en alimentant les bactéries de la plaque. Ainsi, les aliments tels que les pâtes, le pain blanc, le lait entier, les gâteaux et les biscuits peuvent déclencher la production d'acide par les bactéries, ce qui entraîne la détérioration des dents. Cet acide peut être, dans une certaine mesure, éliminé par le fait de boire ou de rincer votre bouche avec de l'eau, par l'action rinçante de votre salive et, bien sûr, par le brossage des

dents. Les aliments qui collent aux dents peuvent être davantage nocifs, car l'acide produit par la plaque continuera d'attaquer l'émail même après que vous ayez arrêté de manger. Au nombre des aliments "collants", on compte les raisins secs et autres fruits secs, les bonbons et le chewing gum.

Il faut se souvenir que les boissons comme les jus de fruit, le thé glacé, les boissons pour sportifs et les boissons gazeuses contiennent du sucre, à moins d'être des boissons light. Tous ces produits ont une forte teneur en acide pouvant favoriser la formation de caries dentaires.

Qu'est-ce que le fluor et pourquoi est-il important pour mes dents?

Le fluor est un minéral que l'on ajoute généralement à l'eau de consommation dans de nombreuses villes. Il a été prouvé qu'il était sûr et qu'il réduisait efficacement la formation de caries dentaires. Le fluor aide à renforcer les dents en réparant les zones de l'émail que

l'acide des aliments et des bactéries de la plaque a commencé à dégrader. Ainsi, les dents exposées au fluor résistent davantage aux attaques de l'acide qui favorisent la formation de caries dentaires. En buvant de l'eau fluorée, le fluor est aussi présent dans la salive, qui rince continuellement les dents. Cela s'applique à la population générale comme aux transplantés. Grâce à la fluoruration, l'incidence de caries dentaires a considérablement diminuée.

Le fluor peut aussi être appliqué sur la surface des dents: c'est le traitement au fluor qu'applique votre dentiste ou votre hygiéniste sur vos dents. La plupart des dentifrices contiennent du fluor, et il existe aussi des bain de bouche au fluor en vente libre ou sur ordonnance. Le fait d'ajouter des traitements topiques au fluor à vos soins dentaires réguliers rend les dents résistantes aux caries.

L'American Dental Association (ADA), l'Association dentaire canadienne et la British Dental Health Foundation

recommandent un usage adéquat du fluor par le biais de dentifrices au fluor chez les adultes et les enfants de plus de 2 ans, de bain de bouche au fluor pour les adultes et les enfants de plus de 6 ans, et d'applications de fluor par un dentiste ou un hygiéniste dentaire lors des examens dentaires réguliers.



Je sais que je devrais aller voir mon dentiste régulièrement, mais j'ai très peur des interventions dentaires. Que dois-je faire?

Il est fréquent de s'inquiéter ou d'avoir peur à l'idée de se rendre chez le dentiste. Un nom a même été attribué à cette peur: c'est l'"anxiété dentaire". La meilleure façon de surmonter votre peur du dentiste est de prendre rendez-vous avec lui pour discuter de vos inquiétudes. À mesure que votre dentiste et son personnel vous connaîtront mieux, ils seront en mesure de travailler avec vous afin de réduire votre peur. Choisissez un moment pour votre visite pendant lequel vous n'êtes pas pressé. Un rendez-vous tôt dans la journée peut être une bonne idée afin de ne pas vous inquiéter pendant toute la journée. De nombreux dentistes utilisent des traitements de relaxation, de la musique et d'autres techniques de distraction pour aider leurs patients anxieux. Essayez

d'apporter un lecteur CD ou une radio portable avec des écouteurs qui vous permettront d'écouter votre musique ou votre émission de radio favorite. Le fait d'écouter quelque chose peut vous aider à vous distraire pendant l'intervention.

Les traitements dentaires se sont grandement améliorés au fil des ans pour assurer le confort des patients, vos inquiétudes ne sont peut-être pas fondées. Discutez avec votre dentiste de vos peurs. Si vous continuez de souffrir d'anxiété dentaire grave, il est possible de prendre des médicaments pour vous aider à vous relaxer. Certains médicaments pourraient, au besoin, vous plonger dans un sommeil léger ou profond. Si ce type de médicament est nécessaire, votre dentiste ou votre spécialiste de la transplantation tiendra compte de votre état de santé global, de tout problème en cours, du type d'intervention dentaire, de votre degré d'anxiété et des médicaments que vous prenez actuellement.

Mon assurance ne rembourse pas les soins dentaires. Quelles sont mes options?

Les régimes d'assurance dentaire et les couvertures des soins dentaires varient grandement. Certains patients ne payent qu'une petite quote-part tandis que d'autres ne bénéficient que d'une très faible couverture ou doivent payer eux-mêmes la totalité des soins dentaires. Si vous n'avez pas d'assurance dentaire, discutez-en avec le travailleur social de votre équipe de transplantation ou avec l'agent chargé du traitement des cas de votre assurance. Votre travailleur social pourrait vous aider à obtenir un rendez-vous dans une clinique dentaire gratuite, dans une école dentaire ou une clinique de santé communautaire. Certaines cliniques dentaires pourraient proposer une échelle mobile pour le paiement en fonction de votre revenu. Vous pourriez être aussi vous entendre sur un calendrier de paiements avec votre dentiste.

Je porte des prothèses. Dois-je quand même me préoccuper des soins bucco-dentaires?

Si vous avez perdu certaines de vos dents et que vous portez une prothèse partielle, vous devez suivre les mêmes directives que les patients ayant leurs dents naturelles. Il est aussi possible que certains transplantés aient perdu

toutes leurs dents naturelles. Ceux-ci peuvent choisir de porter ou non des prothèses complètes. De fait, il est tout aussi important pour ces patients d'avoir des gencives saines, car ils courent aussi le risque de contracter certaines des affections décrites dans cette brochure, notamment une infection par un champignon buccal (*muguet*), la sécheresse de la bouche et les ulcérations buccales. Les méthodes de prévention et de traitement de ces affections seront les mêmes que pour les patients qui ont des dents. Vous devez maintenir votre bouche et votre prothèse propres, et les rincer après avoir mangé. Il ne faut pas porter les prothèses pendant la nuit.

Le gain ou la perte de poids avant ou après la transplantation peut entraîner des changements dans l'ajustement des prothèses. Ainsi, elles doivent être ajustées au plus tôt pour éviter qu'une prothèse mal ajustée n'interfère avec l'alimentation et le maintien d'une alimentation saine.

Si vous présentez une région sensible, une bosse ou une ulcération dans la bouche qui ne se résorbe pas en 2 semaines, prenez rendez-vous avec votre dentiste le plus tôt possible.

Les personnes portant des prothèses doivent faire examiner leur bouche par un dentiste au moins une fois par an. Cet examen doit inclure un dépistage du cancer de la bouche.



Les transplantés peuvent-ils avoir un cancer de la bouche?

Les cancers de la bouche (*cancer buccal*) ont tendance à survenir chez les personnes âgées, en particulier celles qui ont déjà fumé, notamment les transplantés. Les cancers de la bouche ont tendance à évoluer lentement, et les patients n'ont généralement pas conscience d'avoir un cancer dans la bouche tant que les tumeurs n'ont pas atteint un stade avancé. C'est une autre raison pour laquelle vous devez vous faire examiner régulièrement par votre dentiste. De fait, les dentistes devraient inclure un dépistage du cancer buccal lors de l'examen régulier tous les six mois, ou une fois par an pour les porteurs de prothèses. Votre dentiste examinera attentivement toutes les zones de votre bouche, y compris les gencives, l'intérieur des joues, le tissu sous la langue et les surfaces de la langue.

Certains cancers de la bouche se forment à partir de lésions précancéreuses ou de plaques dans la bouche. Il s'agit de plaques blanches (*leucoplasie*) ou rouges (*érythroplasie*) indolores. Ces lésions doivent être examinées immédiatement par un dentiste, en particulier si elles apparaissent sur les côtés de la langue ou sous celle-ci. Une biopsie de ces zones anormales sera effectuée pour vérifier si les cellules de la lésion sont bénignes (non cancéreuses), précancéreuses ou malignes (comportent des cellules cancéreuses). Votre dentiste pourrait effectuer la biopsie lui-même ou vous orienter vers un chirurgien dentiste ou un oto-rhino-laryngologiste (ORL) pour cette intervention.

Si vous présentez une bosse, une plaie ou une ulcération à tout endroit de la bouche, ou une bosse dans le cou qui persiste depuis plus de deux semaines, vous devez consulter votre médecin ou votre dentiste en vue de subir un examen.



Soins dentaires des enfants ayant reçu une transplantation d'organe

Mon enfant a reçu une transplantation. Comment dois-je prendre soin de ses dents?

Si votre enfant a reçu une transplantation, les soins à accorder à ses dents et à ses gencives sont les mêmes soins de routine accordés aux autres enfants. La première étape dans les soins dentaires d'un nourrisson consiste à l'habituer au nettoyage de ses dents et de ses gencives. Les dentistes appellent cette procédure la "désensibilisation" de la bouche. Vous pouvez commencer à désensibiliser la bouche de votre enfant en touchant ou en frottant sa bouche et ses gencives avec vos doigts, que vous aurez nettoyés au préalable. Vous pouvez utiliser une débarbouillette, un stimulateur en caoutchouc (dans la section pour bébés de votre pharmacie ou de votre supermarché) ou une éponge Toothette® (comme une brosse à dents, mais avec une petite éponge au bout) pour masser et nettoyer les gencives et toute nouvelle dent. Utilisez de l'eau pour nettoyer les dents et les gencives du nourrisson.

Vous devez rincer la bouche du bébé avec de l'eau ou la nettoyer avec un tampon buccal humide ou une "débarbouillette" propre après lui avoir donné le sein ou un biberon. Il faut éviter d'endormir votre bébé en lui donnant le sein, un biberon

ou un gobelet. La carie dentaire apparaît autour des dents où le lait est demeuré. On appelle ce type de carie "carie du biberon". La salive, qui aide à rincer et à protéger les dents, diminue pendant le sommeil, ce qui favorise la formation de caries dentaires.

À mesure que votre enfant grandit, il est important de lui faire broser les dents deux fois par jour, en particulier avant d'aller se coucher. Placez une petite noix de dentifrice sur sa brosse à dents. Apprenez à votre enfant à broser chacune des sections de sa bouche: les dents du haut et du bas de chaque côté, et les dents de devant du haut et du bas. Après s'être brossé les dents, il doit se rincer la bouche de fond en comble et utiliser un bain de bouche. Pour un jeune enfant, il est difficile d'apprendre à se rincer la bouche de fond en comble, mais il finira par s'améliorer avec le temps. Les brosses à dents rotatives (électriques) peuvent être utiles chez les jeunes enfants pour leur apprendre à tenir et à positionner la brosse à dents dans la bouche.

Il est important de passer le fil dentaire entre les dents de votre enfant pour déloger les débris d'aliments et la plaque. Votre enfant aura besoin d'aide pendant quelques temps, en particulier s'il a les dents serrées. Les porte fils dentaires individuels sont faciles à utiliser pour passer le fil dentaire entre les dents de votre enfant. On peut les trouver dans la section de soins dentaires de votre pharmacie ou de votre supermarché.



Après une transplantation, quels sont les risques de problèmes dentaires pour mon enfant?

Les enfants, comme les adultes, risquent d'avoir des affections gingivales, des caries dentaires, des ulcérations buccales et des infections. Il peut aussi se produire une hypertrophie des gencives comme effet secondaire de certains médicaments.

Comment puis-je aider mon enfant à avoir des dents et des gencives saines?

Il existe plusieurs choses que vous pouvez faire pour aider votre enfant à avoir des dents saines.

- ✓ Rappelez à votre enfant de broser ses dents et de passer le fil dentaire, supervisez l'opération et aidez-le.
- ✓ Examinez régulièrement la bouche de votre enfant pour vérifier qu'il ne présente pas d'enflure, de rougeur ou d'hypertrophie. Assurez-vous qu'il n'a pas d'ulcérations ni de signes d'infection, notamment des gencives rouges et enflées ou des plaques blanches (muguet). À mesure que votre enfant grandit, apprenez-lui à vérifier lui-même qu'il ne présente pas de problèmes buccaux.
- ✓ Donnez à votre enfant des collations saines et évitez les collations riches en sucre, les boissons gazeuses et les sucreries qui peuvent contribuer à la formation de caries dentaires.
- ✓ Prenez rendez-vous pour votre enfant chez le dentiste et l'hygiéniste dentaire au minimum tous les 6 mois pour un examen et un nettoyage.
- ✓ Communiquez avec votre dentiste au sujet de tout problème ou toute préoccupation au sujet des dents et faites traiter les problèmes dentaires rapidement.
- ✓ Demandez à votre dentiste de vous parler des *scellants dentaires*. Il s'agit d'un revêtement protecteur qui peut être appliqué sur la surface des dents postérieures, là où



- apparaissent souvent des caries.
- ✓ Assurez-vous que votre enfant reçoit une quantité adéquate de calcium, de vitamine D et de phosphore. Ces nutriments aident à avoir des dents et des os solides; on les retrouve dans les produits laitiers tels que le lait, le fromage et le yogourt. Discutez avec votre pédiatre ou le diététicien de l'équipe de transplantation des choix en matière d'aliments pour votre enfant. Ne donnez pas d'autres vitamines ou suppléments alimentaires à votre enfant à moins que votre médecin ne vous ait dit de le faire.
 - ✓ Le fluor est important pour les enfants, car il renforce les dents pendant leur développement – même après que les dents soient sorties. Votre enfant peut absorber le fluor en buvant de l'eau fluorée ou en prenant des vitamines contenant du fluor. Si vous n'avez pas accès à de l'eau fluorée, le fluor peut aussi être administré sous forme de gouttes, de comprimés ou de pastilles.

Comment puis-je discuter avec mon adolescent des risques du perçage buccal?

Le perçage de la langue et des lèvres est devenu populaire dans certains groupes d'adolescents et de jeunes adultes comme forme d'expression. De nombreuses complications graves ont été associées à cette pratique. Il faut aviser les adolescents des complications graves pouvant découler du perçage buccal.

De nombreux risques sont associés au perçage buccal. En effet, il peut se produire des blessures, un saignement ou une enflure de la langue, des lésions nerveuses et la transmission d'infections. Ces morceaux de métal peuvent fêler ou écailler les dents et peuvent entraîner une blessure et la récession des gencives. Le bijou peut aussi entraîner un risque d'étouffement s'il se décroche dans la bouche, et il peut modifier l'élocution, entraîner des difficultés à mastiquer et à avaler et stimuler une production



excessive de salive. Il interfère avec le brossage des dents et le passage du fil dentaire adéquats.

L'infection est un effet secondaire courant du perçage buccal. Du fait de la présence des bactéries dans la bouche, il peut facilement survenir des infections au niveau des tissus lésés. Les transplantés courent un risque encore plus élevé étant donné la suppression de leur système immunitaire. De fait, les transplantés ne devraient **jamais** envisager un perçage buccal.

Comment trouver un dentiste?

Comme pour la plupart des patients, le mieux est de continuer de voir votre dentiste habituel pour les soins dentaires après la transplantation. Celui-ci connaît votre bouche et sera en mesure de déterminer si vous présentez des problèmes qui n'étaient pas là avant votre transplantation. Les soins dentaires à prodiguer aux transplantés ne sont pas très différents de ceux que reçoivent les autres patients.

Toutefois, les dentistes peuvent déménager ou prendre leur retraite. De même, votre dentiste régulier pourrait ne pas se sentir à l'aise à l'idée de vous traiter après la transplantation. Dans ce cas, vous pouvez commencer par demander à votre médecin de vous orienter vers un dentiste de votre région qui accepte de traiter des transplantés ou qui a l'expérience de ces patients. Vos amis, votre famille ou vos collègues peuvent aussi vous conseiller leur dentiste. Vous pouvez également obtenir une liste de dentistes par l'entremise des organisations professionnelles de votre pays en communiquant avec votre association dentaire locale.

Avant de prendre rendez-vous avec un dentiste pour un premier examen régulier, demandez-lui de prendre le temps de discuter avec vous de vos soins dentaires en tant que transplanté. Le fait de poser des questions avant l'examen peut vous rassurer quant aux soins dispensés par votre dentiste. Il est important que votre dentiste consacre suffisamment de temps à répondre à vos questions et à discuter de vos préoccupations.

Voici certaines des questions à poser lorsque vous choisissez un dentiste:

- Avez-vous l'expérience des soins dentaires à prodiguer aux transplantés?
- Sinon, êtes-vous à l'aise avec l'idée de traiter des patients immunodéprimés?
- Pensez-vous qu'il est important de prendre des antibiotiques avant une intervention dentaire effractive étant donné que je suis immunodéprimé? Si oui, me prescrirez-vous un médicament ou devrai-je demander une ordonnance à mon spécialiste de la transplantation?
- À quelle fréquence devrai-je vous voir pour les examens et les nettoyages réguliers?

- Vos procédures de stérilisation de vos instruments dentaires sont-elles appropriées pour les patients immunodéprimés?
- Quels types d'interventions faites-vous dans votre cabinet?
- Pour quels types d'interventions orientez-vous les patients vers un autre spécialiste?
- Que devrais-je faire en cas d'urgence dentaire? Y a-t-il un numéro d'urgence pour le bureau, une personne à contacter en cas d'urgence ou un service de réponse téléphonique?

La santé dentaire est un aspect important des soins de chacun. En tant que transplanté, il est essentiel que vous preniez soin de vos dents et de vos gencives en vous brossant les dents et en passant le fil dentaire quotidiennement. Assurez-vous de consulter votre dentiste et votre hygiéniste dentaire tous les 6 mois. Souvenez-vous que les professionnels des soins dentaires font partie de votre équipe de transplantation!

Liens connexes pour plus d'informations

L'ITNS n'est pas responsable des renseignements donnés par ces sites Web. Ces sites sont fournis à titre de ressource de réseau. L'information provenant d'Internet relativement à votre transplantation doit toujours être discutée avec votre équipe soignante.

Pour plus d'informations sur les soins dentaires:

<http://www.ada.org> L'**American Dental Association** est l'association professionnelle de dentistes des États-Unis se consacrant à la santé bucco-dentaire du public, à l'éthique, à la science et au développement professionnel.

<http://www.ada.org.au> L'**Australian Dental Association** est l'association de dentistes australiens dont le but est d'encourager la santé du public et la promotion de l'art et des sciences dentaires.

<http://www.adha.org/oralhealth/index.html> **American Dental Hygienists' Association.** Propose aux consommateurs de l'information sur les soins dentaires.

<http://www.aakp.org/newsletters/Kidney-Transplant/August-2005/The-Importance-of-Dental-Care-for-Transplant-Recipients/index.cfm> Article sur le site Web de l'association américaine des patients atteints de néphropathie (American Association of Kidney Patients) traitant des soins dentaires avant et après une transplantation.

<http://www.cdc.gov/OralHealth/> **Oral Health.** Ressources sur la santé bucco-dentaire proposées par les Centers for Disease Control and Prevention (CDC). Propose de l'information sur des programmes fédéraux et communautaires des États-Unis visant à prévenir les affections buccales, à promouvoir la santé bucco-dentaire et à favoriser la recherche en vue d'améliorer la prévention des affections buccales.

<http://www.dentalhealth.org.uk> La **British Dental Health Foundation** est la principale organisation caritative indépendante au R.-U. cherchant à améliorer les normes de soins bucco-dentaire. Son objectif est de servir les intérêts du public en augmentant la sensibilisation et l'accès à une meilleure santé bucco-dentaire.

<http://www.cdha.ca> **Association canadienne des hygiénistes dentaires.** L'ACHD contribue à la santé du public en se portant comme chef de file dans l'élaboration de positions au plan national et en encourageant l'établissement de normes en matière de pratique, d'enseignement, de recherche et de réglementation de l'hygiène dentaire. Offre au public de l'information sur les soins bucco-dentaires.

<http://www.hdassoc.org> **Hispanic Dental Association.** Seule association nationale de professionnels de la santé dentaire se consacrant à la promotion et à l'amélioration de la santé buccale pour la communauté hispanophone.

<http://www.nidcr.nih.gov> **National Institute of Dental and Craniofacial Research (NIDCR).** La mission de cet organisme est d'améliorer la santé buccale, dentaire et crâniofaciale par l'entremise de recherches, de formation en recherche et de la diffusion de l'information sur la santé.

<http://www.oralcareindia.com/> **Oral Care India.** Information sur les soins dentaires, les urgences et les professionnels de la santé dentaire en Inde.

<http://www.simplestepsdental.com> Information sur les soins dentaires de Columbia University College of Dental Medicine, New York.

<http://www.splut.com/015/007.htm> **UK Dental Care Websites.** Liste complète d'une variété de sites Web sur les soins dentaires au R.-U.



Ce projet est financé grâce à une subvention à l'éducation de Novartis Pharmaceuticals Corporation. L'ITNS est reconnaissante de leur soutien à cette entreprise éducative visant à améliorer les soins et les résultats des patients.

Auteurs:

Leslie Gibson inf. aut., B.Sc.Inf., CDA II
Beverly Kosmach-Park, B.Sc.Inf., CRNP
James Guggenheimer, DMD

Examineurs:

Caroline Tasse, M.Sc. ARNP CCRN
Pat Folk, inf. aut., B.Sc.Inf., CCTC
Kathy Lawrence, M.Sc.Inf., inf. aut.
Darlene Long, M.Sc., APRN, BC, PIA, CCTC
Cindy Hoekstra, inf. aut., B.Sc.Inf., CCTN
Lisa L. Bakken, inf. aut., B.Sc.Inf., CCTC

L'International Transplant Nurses Society a été établie en 1992 comme la première organisation professionnelle d'infirmières à se concentrer sur la croissance et le perfectionnement professionnels du clinicien spécialiste de la transplantation. L'ITNS souscrit pleinement à la promotion de l'excellence dans les soins infirmiers cliniques relatifs à la transplantation en offrant des occasions de croissance professionnelle et éducative, un réseautage pluridisciplinaire, des activités de collaboration et des travaux de recherche en sciences infirmières dans le domaine de la transplantation. Cette brochure éducative vise à améliorer l'éducation des patients offerte par les différents centres de transplantation. Les patients devraient suivre les directives spécifiques de leur équipe de transplantation pour leurs soins dentaires après la transplantation.

www.itns.org

