

# La plaque dentaire

La plaque dentaire est une substance blanchâtre qui se dépose sur les dents après les repas et à chaque prise alimentaire. Elle est constituée de bactéries emprisonnées dans un gel très adhérent. Si le brossage est insuffisant, la plaque peut s'accumuler et se transformer en tartre.

## Comment se forme la plaque dentaire ?

- La cavité buccale contient de façon naturelle une multitude de bactéries différentes. Quelques minutes seulement après un brossage des dents minutieux, de nouvelles bactéries adhèrent à nouveau à la surface dentaire.
- Ces bactéries prolifèrent progressivement et sécrètent un substrat très adhérent et de couleur blanche qui se dépose au niveau des dents : c'est ce que l'on appelle la plaque dentaire.
- Si elle n'est pas retirée quotidiennement grâce au brossage, elle va s'épaissir et se minéraliser pour se transformer en tartre.



— **“L'élimination de la plaque dentaire passe par un brossage minutieux effectué matin et soir pendant deux minutes.”**

## › POURQUOI FAUT-IL L'ÉLIMINER ?

- Les bactéries contenues dans la plaque dentaire agressent notre organisme en permanence et sont à l'origine de divers types de lésions. Au niveau buccal, elles peuvent provoquer des infections dentaires (caries, abcès) et des infections de la gencive (parodontites, abcès parodontaux). Elles peuvent également passer dans la circulation sanguine et être responsables d'infections sérieuses (pulmonaires, cardiaques...).
- En fonction des particularités de chacun, les organismes se défendent plus ou moins bien

contre cette agression. Certains vont développer des lésions importantes en présence d'une quantité réduite de plaque dentaire, tandis que d'autres peuvent supporter une grande quantité de plaque sans lésion.

— **“La sensibilité aux maladies carieuses et parodontales varie d'un patient à l'autre.”**

## La plaque dentaire



Substance blanchâtre qui se dépose en permanence à la surface des dents.



## À savoir

**En complément du brossage du soir**, afin d'éliminer parfaitement les résidus entre vos dents, vous devez utiliser des brossettes et/ou de fil dentaire pour nettoyer les espaces interdentaires.

**Evitez la consommation de quantités importantes de sucre.** En effet, le sucre contribue au développement des bactéries.

**Si la plaque dentaire se transforme en tartre, le simple brossage est alors inefficace.** Il est nécessaire de procéder à un détartrage professionnel au Cabinet pour retrouver une bouche saine.