

## Les pleurs

Si votre enfant pleure, il n'a pas obligatoirement faim ou soif. C'est peut-être simplement un besoin d'attention ou d'affection : un câlin pourra l'apaiser.



## La lolette et le pouce

La lolette et le pouce freinent le bon développement des mâchoires et risquent de provoquer des malpositions dentaires. Cela peut également freiner l'apprentissage du langage.

Réservez leur usage pour les moments du coucher et de l'endormissement.

## Boire au gobelet

A partir de 2 ans les enfants devraient apprendre à boire au gobelet ou à la bouteille.

Ceci favorise le développement de la déglutition et du langage de l'enfant.

## Le biberon et la lolette s'arrêtent à 2 ans !



## A quel âge faire un premier contrôle chez un dentiste ?

Un premier rendez-vous chez le médecin-dentiste est conseillé vers l'âge de 2-3 ans, mais peut se faire avant.

Votre pédiatre, qui examinera les dents de votre enfant lors des premiers contrôles et vaccins, pourra vous conseiller sur les soins à donner aux premières dents.

Si nécessaire, il vous orientera vers un médecin dentiste.



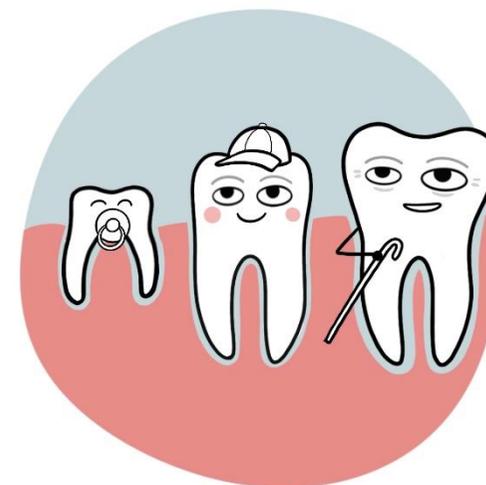
Crédit illustration: LU.TH

Retrouvez cette brochure ainsi que toutes les informations sur la Clinique Dentaire de la Jeunesse en scannant ce QR code.



# Dents de lait saines

## La santé pour toute la vie



Brochure élaborée par :

Dr. C. Hefti et Dr P. Carp, pédiatres  
Dr L. Neveu, médecin-dentiste

Clinique Dentaire de la Jeunesse

T. 024/423.64.90 email : [cdj@ylb.ch](mailto:cdj@ylb.ch)



Jeunesse et  
cohésion sociale

## Des dents saines pour toute la vie

Prendre soin des dents de lait dès leur apparition permettra ensuite d'avoir de bonnes dents définitives.

## Les caries ne sont pas héréditaires !

Mais une dent cariée qui n'est pas soignée peut contaminer les dents voisines.



La carie de la petite enfance est une maladie dentaire particulièrement agressive et douloureuse. Elle se développe chez les nourrissons et les jeunes enfants qui boivent trop souvent un biberon avec du lait ou des boissons sucrées.

## L'éruption des premières dents de lait

La première dent arrive vers 6-8 mois et à 3 ans elles sont toutes présentes.



Les dernières dents de lait tombent vers l'âge de 11 ans.

## Quand faut-il commencer le brossage des dents ?

Le brossage commence dès l'arrivée des premières dents !

Brossez les dents de votre enfant 3 fois par jour avec une pointe de dentifrice de la taille d'un petit pois pendant environ 2 minutes !



Après le brossage des dents, il n'est pas nécessaire de se rincer la bouche à l'eau. Il suffit de cracher !

## Choix du dentifrice

Les fluorures rendent les dents plus résistantes contre les caries. Choisissez un dentifrice adapté à l'âge de votre enfant pour assurer le bon dosage de fluor.

Pour les petits enfants prendre un dentifrice spécifié : 0-6 ans.

Bien brosser les dents avant le coucher !

Ne couchez pas votre enfant avec un biberon de lait, de thé ou de cacao !

## Les dents doivent rester propres toute la nuit !



## La mastication et la digestion

Le pain complet, les fruits ou le fromage dur renforcent les dents.

Une grande quantité de salive est produite lors de la mastication. La salive protège nos dents et permet de broyer correctement les aliments pour en faciliter la digestion.

Une alimentation équilibrée et saine est importante pour les dents.



La consommation fréquente de sucreries et de boissons sucrées favorise l'apparition de caries dans la bouche.

## Le parent comme bon exemple

Le bébé et l'enfant imitent les habitudes des parents et suivent les mêmes tendances alimentaires.



Pensez donc à :

- Boire de l'eau.
- Vous brosser les dents après chaque repas et à laisser ensuite votre bouche au calme pendant quelques heures.
- Ne consommer des boissons et aliments riches en sucres qu'exceptionnellement, comme lors des fêtes et moments particuliers.