FICHE #MODULE 04 — EPIDERMOLYSE BULLEUSE

PRENDRE SOIN DE LA BOUCHE DE VOTRE ENFANT

QUAND ?

Première dent = Première brosse à dents !

Le brossage commence dès la première dent, même si ce n'est pas parfait.

Un brossage doux, 2 fois par jour !

Pour un brossage efficace, les enfants ont besoin d'**être accompagnés jusqu'à l'âge de 10 ans.**



AVEC QUOI

Avec **une brosse à dents adaptée à l'âge de l'enfant :**

- Doigtier silicone.
- Brosse à dents pour bébé / enfant.
- Brosse à toute petite tête [monotouffe].

Changez la brosse régulièrement, dès qu'elle est abîmée ou après un épisode infectieux.

Utilisez **un dentifrice avec fluor**.

À CHAQUE ÂGE LE BON DOSAGE EN FLUOR

	6 mois - 2 ans	2 - 3 ans	3 - 6 ans	À partir de 6 ans et jusqu'à l'âge adulte
Risque carieux faible	1 000 ppm « trace »	1 000 ppm « trace »	1 000 ppm « 1 petit pois »	1 000 - 1 450 ppm
Risque carieux élevé	1 000 ppm « trace »	1 000 ppm « 1 petit pois »	1 450 ppm « 1 petit pois »	1 450 ppm « Jusqu'à 10 ans »
				2 500 ppm « 10 à 16 ans »
				5 000 ppm « Au-delà de 16 ans »

D'après les recommandations de l'UFSBD en matière de fluor dans les dentifrices

ppm « **p**artie **p**ar **m**illion » teneur en fluor

2 FOIS / JOUR

RECRACHER SANS RINCER

COMMENT L'AIDER S'IL REFUSE DE SE BROSSER LES DENTS ?

- **Moment calme, ne pas forcer.**
- **Brossage des dents en famille.** Les enfants apprennent en imitant.
- **Moment ludique** *(chanson, sablier, chasse aux aliments).*
- **L'enfant participe : choisir** son dentifrice, choisir une musique pendant le soin.
- **Lectures autour du brossage des dents.**
- **Valorisez votre enfant après chaque soin.**

SI LA BOUCHE FAIT MAL :

Nettoyez la bouche avec **un bain de bouche sans alcool,** puis reprenez la brosse dès que c'est possible.

Un **traitement local contre les douleurs de la bouche** peut être prescrit :
PARLEZ-EN À VOTRE MÉDECIN

COMMENT ?

Quantité : un grain de riz avant 3 ans / un petit pois à partir de 3 ans.
Appliquez de **la vaseline sur le manche de la brosse à dents et sur les lèvres** pour les protéger.

Après le brossage : on crache le dentifrice mais on protège mieux ses dents si on ne rince pas sa bouche !

LES VISITES CHEZ LE DENTISTE

Prendre rendez-vous dès la première dent, puis **tous les 6 mois.**

Le suivi chez le dentiste **permet de prévenir, dépister, traiter les caries** et donner des conseils personnalisés.

Échangez avec le dentiste autour de **la fragilité buccale de votre enfant** : il adaptera ses gestes et l'installation.

Si besoin, **les soins peuvent être faits à l'hôpital**, avec une équipe spécialisée qui connait bien l'Epidermolyse bulleuse.

ET POUR LE RESTE DE LA FAMILLE ?

Avoir soi-même **une bonne hygiène dentaire aide à protéger son enfant :** la carie est une maladie transmissible.

Prenez aussi soin de vos dents : c'est déjà prendre soin des siennes.



L'ALIMENTATION & LES BOISSONS

Les dents ont besoin de moments sans sucre : c'est à ces moments-là que la salive les nettoie et les protège.

Ce qui compte le plus, c'est LA RÉPÉTITION : mieux vaut consommer les aliments ou boissons sucrés au moment d'un repas ou d'une collation, plutôt que de les manger en continu, même en petites quantités.

En dehors de l'eau, **toutes les boissons** *(jus de fruits, thés glacés, lait...)* **contiennent du sucre.**

La nuit, **les dents sont encore plus fragiles car on salive moins :** dès que l'enfant est prêt, remplacer le biberon de lait par de l'eau.

BESOIN D'AIDE ?

En cas de difficulté liée au brossage ou au suivi, **contactez votre équipe soignante qui vous aidera** à trouver des solutions adaptées à chaque enfant.

VIDÉOS #BULLES de SAVOIR