LES FICHES CONSEILS DE L'UFSBD

Bien entretenir sa PROTHÈSE dentaire amovible … pour être à l'aise !



À savoir

Les prothèses dentaires amovibles sont des dispositifs médicaux sur mesure utilisés pour remplacer les dents manquantes.

Les prothèses dentaires, qu'elles soient partielles ou complètes, jouent un rôle clé dans le confort quotidien et l'esthétique.

Cependant, leur entretien régulier est indispensable pour préserver leur efficacité, garantir une bonne santé bucco-dentaire et leur durabilité, mais aussi assurer votre confort.

Pour aller plus loin

Voici quelques conseils pratiques pour vous aider à prendre soin de vos prothèses, à vivre confortablement avec elles, éviter des inflammations ou des infections des muqueuses (les stomatites) et conserver une bonne santé bucco-dentaire.

Pourquoi entretenir vos prothèses ?

- Les prothèses dentaires accumulent des dépôts alimentaires, des bactéries et du tartre, tout comme les dents naturelles. Un nettoyage insuffisant peut provoquer des irritations des gencives, des infections ou des odeurs désagréables.

L'entretien :

- **Nettoyez votre appareil au moins 2 fois par jour matin et soir en le brossant avec un nettoyant non abrasif** comme du savon de Marseille liquide sans parfum et une brosse à prothèse (mais vous pouvez aussi utiliser des produits spécifiques du commerce). Ne jamais effectuer ce nettoyage directement en bouche. Rincez soigneusement l'appareil. Toujours humidifier avant de le remettre.
- Ne pas oublier un brossage biquotidien des muqueuses et des éventuelles dents restantes avec une brosse à dents souple et du dentifrice fluoré.
- Vous pouvez en plus une à 2 fois par semaine tremper votre prothèse dans une solution de nettoyage du commerce en respectant attentivement le mode d'emploi et le trempage, n'oubliez pas de rincer soigneusement la prothèse avant de la remettre en bouche.
- **Ne jamais utiliser de produit javellisé plus de 10 minutes et** ne jamais utiliser d'eau bouillante.
- **Lorsque vous ne portez pas votre prothèse maintenez-la au sec après nettoyage.** Mais elle doit être mouillée avant d'être portée pour la réhydrater

Autres bonnes pratiques :

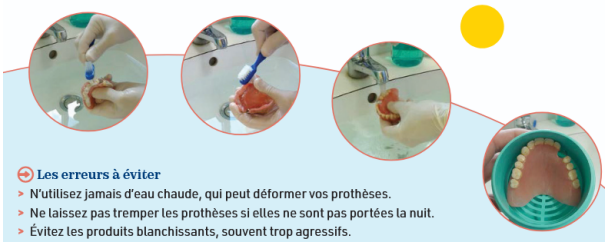
- Il est possible de porter vos prothèses la nuit, mais il peut être utile de « libérer » les muqueuses du contact direct des prothèses pendant quelques heures par jour (la nuit) en particulier si vous remarquez des irritations des muqueuses.

Votre chirurgien-dentiste pourra vérifier l'état des muqueuses et vous prodiguer des conseils adaptés.

- **La visite annuelle chez le chirurgien-dentiste** reste nécessaire même si vous n'avez plus de dents, pour contrôler l'état des muqueuses et des prothèses.
- **Pour plus de confort au quotidien,** vous pouvez utiliser une crème fixative, qui accroît la stabilité de votre prothèse et évite à la nourriture de s'accumuler en-dessous, même si l'appareil est naturellement bien ajusté.
- **Retirez la pâte adhésive tous les soirs,** aussi bien de votre bouche que de l'appareil. (Lien fiche crème fixative) L'eau tiède facilité ce nettoyage.
- En cas de présence de tartre, il est possible de laisser tremper la prothèse dans du vinaigre blanc pur froid pendant plusieurs heures. Bien rincer à la suite.

À retenir

- Rincez la prothèse au-dessus d'un lavabo rempli d'eau pour éviter qu'elle ne se casse si elle tombe.
- Brossez-la, intérieur et extérieur, avec du savon de Marseille et une brosse à prothèse
- Puis rincez abondamment, toujours en brossant.
- Si la prothèse est confortable, il vaut mieux la laisser en bouche en permanence.
- Après chaque repas, , il faut nettoyer la prothèse mais aussi, brosser les dents restantes et les gencives, humidifier la prothèse et la remettre en bouche.
- Si vous souhaitez cependant la retirer pour dormir, gardez-la au sec dans une boite à prothèse.
- Pour assurer un bon maintien de la prothèse, vous pouvez utiliser une crème adhésive. Elle permet un meilleur confort et constitue une barrière contre les débris alimentaires.



Nos recommandations

20 fois plus de bactéries sur les dentiers des patients atteints de pneumonie :

- Les prothèses dentaires complètes, les « dentiers » constituent une solution souvent incontournable pour les personnes ayant
  perdues toutes leurs dents.
- Des chercheurs de l'université de Cardiff (Royaume-Uni) dans une publication de 2023 mettent en garde devant un lien existant entre le port de prothèses dentaires et la pneumonie, maladie fréquente des personnes âgées et parfois mortelle.
  Si elles ne sont pas nettoyées soigneusement, Ces prothèses dentaires constituent support favorable à la multiplication des germes responsables de la pneumonie.
- Les porteurs de prothèses dentaires peuvent soit inhaler des bactéries soit avaler de la salive contenant ces microbes dangereux pour leurs poumons, où une infection peut alors s'installer.
- Sans pouvoir affirmer que les personnes ont contracté une pneumonie parce qu'ils portaient des prothèses dentaires, l'étude montre qu'il existe une lien entre la mauvaise hygiène des prothèses et la survenue de pneumonie.
- **Une preuve de plus de l'importance de nettoyer matin et soir ses prothèses ou celles des personnes dépendantes afin de minimiser les risques sur leurs santé générale.**