LES FICHES CONSEILS DE L'UFSBD

# Ça pique, ça brûle, c'est un APHTE



## À savoir

### Les aphtes sont :

- des ulcérations bénignes (c'est-à-dire : des lésions non-cancéreuses)
- peuvent apparaître
  - sur la langue,
  - à l'intérieur des joues,
  - à l'intérieur des lèvres
  - ou encore sur les gencives

## Pour aller plus loin

- Un aphte buccal est une ulcération douloureuse, localisée dans la bouche.
- La survenue de l'aphte est précédée d'une sensation de cuisson ou de brûlure. Une tache rouge douloureuse apparaît et très rapidement une ulcération se forme. L'ulcération mesure de 2 à 10 mm, elle est de forme arrondie ou ovale. Elle présente un fond jaunâtre ou grisâtre avec un pourtour bien net et rouge.
- L'aphte ne saigne pas, mais il est douloureux surtout pendant les repas ou lors du brossage des dents.
- Le plus souvent l'aphte est unique mais il peut y en avoir plusieurs (jusqu'à 6) au cours d'une poussée.
- Dans la bouche, les aphtes peuvent être présents sur toutes les zones muqueuses et mobiles de la bouche.
- Les aphtes sont des affections très fréquentes. La plupart des personnes auront au moins un aphte au cours de leur vie. Ils surviennent déjà dans l'enfance et leur fréquence diminue après 50 ans. Les personnes sujettes aux aphtes peuvent présenter plusieurs poussées par an (jusqu'à 6), parfois dès l'enfance.
- Malheureusement, à l'heure actuelle, on ne connaît pas l'étiologie de ces plaies buccales – ce qui signifie qu'on ne comprend pas encore de quelle façon les aphtes apparaissent.

### Toutefois, il existe des facteurs favorisants :

- la consommation de fromages à pâte cuite (gruyère, gouda…)
- la consommation de fruits à coques (noix, noisettes, amandes…)
- la consommation de fruits acides (kiwi, ananas, tomates, fraises…)
- la fatigue et le stress

### La cicatrisation est spontanée :

- l'aphte perd de sa régularité, ses limites deviennent imprécises et la guérison a lieu en 10 à 15 jours sans cicatrice.

**attention au syndrome PFAPA** (Aphtes du bébé ou de l'enfant) :

- Chez un enfant qui présente des aphtes dans la bouche, qui fait régulièrement des épisodes fiévreux, qui souffre régulièrement de trachéite (inflammation de la gorge) et d'adénopathie (les ganglions enflés), on peut soupçonner l'existence d'un syndrome PFAPA (pour « fièvre périodique – stomatite aphteuse – pharyngite – adénopathie »).
- Ce syndrome auto-inflammatoire est plus fréquent entre 3 et 5 ans et nécessite la mise en place d'une corticothérapie.

## À retenir

- Un aphte buccal est une ulcération douloureuse bénigne, située le plus souvent à l'intérieur des joues, qui guérit spontanément.
- Les aphtes surviennent dès l'enfance et leur fréquence diminue après 50 ans.
- Ils sont favorisés par certains aliments, la fatigue…

L'UFSBD représente les 47 000 chirurgiens-dentistes qui agissent au quotidien pour votre santé bucco-dentaire au sein de leur cabinet.

Retrouvez tous nos conseils sur : **mabouchemasante.fr**