maBouchemaSanté
ufsbd

Les fiches conseils de l'UFSBD

Je suis un ENFANT : comment mes parents doivent s'occuper de mes dents de ma naissance à mes 6 ans ?

Mon profil

Vous avez un enfant entre 0 et 6 ans. Dans cette période l'essentiel va se jouer pour lui et son avenir bucco-dentaire. D'abord l'éruption et le brossage des dents de lait puis l'arrivée des première dents définitive.
Pour prendre de bonnes habitudes pour la santé bucco-dentaire de votre enfant, il est important de prendre soin de ses dents et de ses gencives au plus tôt. La santé bucco-dentaire est une part importante de la santé globale. Si un enfant a des pathologies dentaires non traitées, elles pourront avoir des répercussions graves sur sa santé.

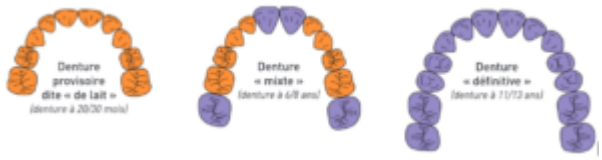
Pour aller plus loin

Les dents de lait

Les dents de lait font leur éruption quand le bébé a environ 6 mois. A l'âge de 3 ans, la plupart des enfants ont 20 dents de lait (dents temporaires).
Les dents de lait de votre enfant lui permettent de mâcher et de parler. Elles maintiennent aussi l'espace dans les mâchoires pour les dents adultes qui pousseront plus tard. Avoir tôt de bonnes habitudes bucco-dentaires aident les enfants à préserver leur patrimoine dentaire toute leur vie.

L'arrivée des dents définitives

Votre enfant grandit et les dents de lait tombent à partir de l'âge de 6 ans pour faire de l'espace pour les dents adultes (permanentes). A 12 ans, les dernières dents de lait tombent, et c'est vers l'âge de 21 ans, qu'il est habituel d'avoir les dernières dents adultes en bouche.
Tous les enfants n'ont pas leurs dents exactement au même âge. Les dents de votre enfant peuvent faire leur éruption plus tôt ou plus tard que les âges indiqués.



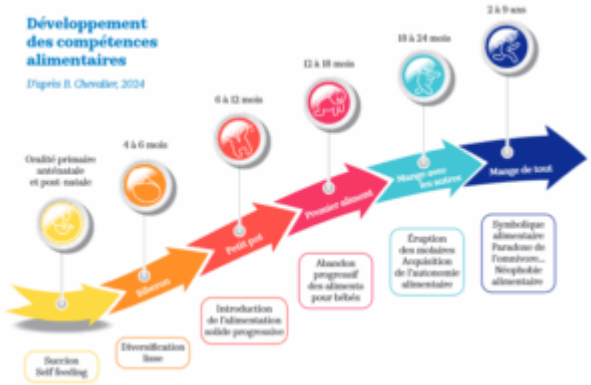
Quelques conseils au moment de l'éruption

Quand les dents commencent leur éruption, certains bébés peuvent avoir mal aux gencives. Frictionner leurs gencives avec une compresse humide ou votre doigt peut les soulager. Un anneau de dentition froid mais pas glacé peut également les soulager. Surtout ne pas tremper cet anneau dans du sucre, du sirop, du miel ou dans tout autre aliment sucré. Si votre enfant ne montre pas de signe d'amélioration consulter votre pédiatre ou votre dentiste.
Les dents de lait sont très sensibles à la carie, l'émail est plus fin, les dents de lait atteintes doivent être absolument traitées, car outre la douleur une carie non soignée pourra atteindre la dent définitive en évolution sous la dent de lait

Nos recommandations dans votre cas

Dès l'âge de 1 an, consultez votre dentiste pour créer un premier échange qui permettra à la confiance de s'établir, votre dentiste pourra vous conseiller et répondre à toutes vos questions et réaliser un examen de la bouche de bébé.
A partir de 3 ans, l'Examen de Prévention Bucco-dentaire (EBD) vous sera proposé par l'Assurance Maladie. *« M'T DENTS TOUS LES ANS » c'est pour tous les enfants, tous les ans, de 3 à 24 ans. Pour en savoir plus cliquez ici*
Dès que les dents apparaissent l'enfant ne soit plus boire autre chose que de l'eau la nuit, et en dehors des prises principales. Les jus, sodas et les boissons sucrées sont à proscrire.
Veillez à ce que votre enfant ait une alimentation équilibrée et variée avec des aliments le moins transformés possible (exemple fruit plutôt que boissons fruités, pain et chocolat plutôt que gâteau chocolaté….)

Utilisez un dentifrice fluoré adapté à son âge lors de brossage matin et soir



Un LIEN … pour aller plus LOIN :

Les 100 premiers jours de l'enfant : Santé Publique France

L'assurance Maladie : site ameli.fr

Département santé dentaire de la société de médecine dentaire – Belgique – : Souriez.be

Informations mises à jour le 17 novembre 2025