



Hypersensibilité dentaire

Un émail usé ou des gencives rétractées peuvent causer des **sensibilités au chaud et au froid** ou créer des douleurs en vous brossant les dents ou en vous rinçant la bouche.

Ces sensibilités sont provoquées par la mise à nu de la dentine qui se trouve sous l'émail et tout le long de la racine.

Quand l'émail est altéré ou que la gencive se rétracte (processus communément appelé déchaussement) la dentine n'est plus protégée. Des porosités existent dans la dentine, elles communiquent avec la pulpe de la dent. Ainsi, au moindre contact (brossage) ou stimulus (chaud ou froid), **les terminaisons nerveuses sont stimulées** et des douleurs apparaissent.

Le meilleur moyen de protéger l'émail est d'éviter de consommer certaines boissons (sodas, boissons énergétiques,...) ; elles déminéralisent petit à petit les dents, augmentent les porosités et les rendent plus friables. Une surconsommation d'agrumes peut également fragiliser l'émail.

Il convient d'utiliser des brosses à dents à poils souples et d'avoir un brossage méthodique : ainsi, il est conseillé de brosser l'arcade du haut et du bas séparément, de la gencive vers la dent et ne pas oublier la face interne des dents.



Les dentifrices luttant contre les dents sensibles sont efficaces à long terme.

Ils contiennent des minéraux qui obstruent les porosités en surface de la dentine.

Si cela ne suffit pas, votre praticien pourra appliquer des vernis qui vont combler les micro-porosités, une séance suffit habituellement.