



LES BONS CONSEILS

Hygiène bucco-dentaire

POUR TOUTE LA FAMILLE

26% des Français ne se brossent
pas les dents **2 fois par jour**

Une **mauvaise hygiène**
bucco-dentaire peut avoir de
lourdes répercussions

Des **gestes préventifs** simples
ont prouvé leur **efficacité**

LES PHRASES CLÉS

« La santé bucco-dentaire se construit dès l'enfance ! »

« Conserver sa bonne santé buccale, c'est protéger sa santé physique mais aussi son portefeuille ». (En effet, les implants, par exemple, sont mal remboursés par l'Assurance Maladie)

LES CHIFFRES

75% des enfants de 4 à 7 ans ont une consommation excessive de sucre.
26% des Français ne se brossent pas les dents 2 fois par jour.

LES RISQUES

Une altération de la santé orale entraîne des répercussions sur la santé globale et peut être un facteur aggravant de maladie cardio vasculaire, mais aussi d'AVC, de diabète ou encore de polyarthrite rhumatoïde

LES CONSEILS

> À partir de 6 ans, le brossage, c'est 2 minutes, 2 fois par jour ! (avec une brosse souple) et la visite chez le dentiste, 1 fois par an, même sans douleur.



- > Utilisez un dentifrice fluoré
- > Avoir une alimentation variée et équilibrée.
- > Évitez le grignotage, réduisez les apports de sucre.

UN OUTIL

Zoom sur... M'T dents, un examen bucco-dentaire 100% pris en charge par l'Assurance Maladie. Sans avance de frais. Tous les 3 ans, à partir de l'âge de 2 ans et jusqu'à 24 ans inclus. Mais aussi pour les femmes enceintes, du 4e mois de grossesse, jusqu'au 6e mois après l'accouchement. Pour tout le reste de la population cet examen est pris en charge à 60% par l'assurance maladie et 40% par la mutuelle.



Outils et conseils

pour les professionnels de santé

