
Outil pratique des soins d'hygiène quotidiens de la bouche



Cet outil est un résumé des étapes des soins d'hygiène quotidiens de la bouche en fonction du profil buccodentaire de la personne. Il accompagne le parcours de formation Une bonne santé de la bouche « Dent » ton milieu de vie à l'intention des prestataires de services en établissement. La formation est gratuite et disponible à l'adresse suivante : Quebec.ca/santé-buccodentaire.

Édition

La Direction des communications du ministère de la Santé et des Services sociaux

Le présent document s'adresse aux intervenants et intervenantes du réseau québécois de la santé et des services sociaux. Il n'est accessible qu'en version électronique à l'adresse : www.msss.gouv.qc.ca, section **Publications**.

Dépôt légal - 2024

Bibliothèque et Archives nationales du Québec,

ISBN : 978-2-550-99179-3 (version PDF)

Tous droits réservés pour tous pays. La reproduction, par quelque procédé que ce soit, la traduction ou la diffusion de ce document, même partielles, sont interdites sans l'autorisation des Publications du Québec. Cependant, la reproduction de ce document ou son utilisation à des fins personnelles, d'étude privée ou de recherche scientifique, mais non commerciales, sont permises à condition d'en mentionner la source.

© Gouvernement du Québec, 2024



Bouche propre et en santé

De la première dent jusqu'à 6 ans



C'est l'adulte qui applique le dentifrice et qui complète le brossage des dents de l'enfant :

- Au moins deux fois par jour
- Pendant deux minutes
- Avec un dentifrice fluoré

Quantité de dentifrice fluoré :

- Un grain de riz pour les enfants de moins de 3 ans
- Un petit pois pour les enfants de 3 à 6 ans

Après le brossage :

- Faire cracher le surplus de dentifrice
- Ne pas faire rincer la bouche après le brossage
- Si les dents se touchent, passer la soie dentaire une fois par jour



Visionner
la vidéo





Bouche propre et en santé

- Enfant de 7 ans et plus
- Adolescent
- Adulte



Se brosser les dents :

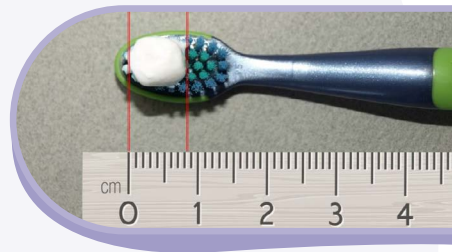
- Au moins **deux fois par jour**
- Pendant **deux minutes**
- Avec un **dentifrice fluoré**

Quantité de dentifrice fluoré :

- Entre 0,5 et 1 cm

Après le brossage :

- Cracher le surplus de dentifrice
- Ne pas rincer la bouche après le brossage afin que le fluorure continue de protéger les dents contre la carie
- Brosser la langue de l'arrière vers l'avant
- Passer la soie dentaire une fois par jour





Bouche propre et en santé

Personne à haut risque de carie de 17 ans et plus



Se brosser les dents :

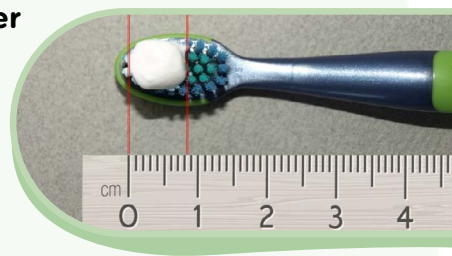
- Au moins **deux fois par jour**
- Pendant **deux minutes**
- Le matin : avec un dentifrice fluoré **régulier**
- Le soir : avec un dentifrice à **haute teneur en fluorure (5000 ppm)**

Quantité de dentifrice fluoré :

- Entre 0,5 et 1 cm

Après le brossage :

- Cracher le surplus de dentifrice
- Ne pas rincer la bouche après le brossage afin que le fluorure continue de protéger les dents contre la carie
- Brosset la langue de l'arrière vers l'avant
- Passer la soie dentaire une fois par jour



Avant l'âge de 17 ans, consultez un professionnel dentaire pour savoir si le dentifrice à haute teneur en fluorure (5000 ppm) convient.

Bouche sèche

- Boire souvent de l'eau
- Vérifier avec son médecin si la sécheresse est causée par un médicament
- Vérifier avec son pharmacien les produits qui soulagent la sécheresse

Perte d'autonomie

- S'assurer que le brossage des dents est bien fait
- Utiliser une brosse à dents électrique peut prolonger l'autonomie
- Assister la personne au besoin

Personne à risque d'étouffement

- Garder la tête vers le bas lors du brossage
- Choisir un dentifrice sans agent moussant (vérifier avec son pharmacien)
- Cracher le surplus de dentifrice ou l'éliminer avec un papier absorbant
- Ne pas rincer la bouche après le brossage



PROSTOOLEH/FREEPIK



Bouche propre et en santé

Prothèse dentaire (dentier et partiel)



Au moins deux fois par jour :

1. Si aucune dent naturelle :

Tremper une brosse à dents à poils souples dans un rince-bouche antiseptique sans alcool

Si présence de dents naturelles :

Mettre du dentifrice fluoré équivalent à la grosseur d'un pois

2. Retirer la prothèse
3. Brosser les dents, les gencives et la langue
4. Cracher le surplus
5. Rincer la prothèse et la remettre
6. Rincer la brosse à l'eau et laisser sécher



Le soir, brosser les prothèses en profondeur :

1. Placer dans le lavabo une débarbouillette ou le remplir d'eau : cela évitera à la prothèse de casser si elle tombe
2. Brosser la prothèse avec une brosse à prothèses et un nettoyant doux
3. Rincer la prothèse et la brosse à l'eau
4. Déposer la prothèse dans un contenant d'eau pour la nuit



Contenant à prothèses

- Le rincer à l'eau une fois par jour
- Le nettoyer avec un savon doux une fois par semaine



Bouche sèche

- Boire souvent de l'eau
- Vérifier avec son médecin si la sécheresse est causée par un médicament
- Vérifier avec son pharmacien les produits qui soulagent la sécheresse

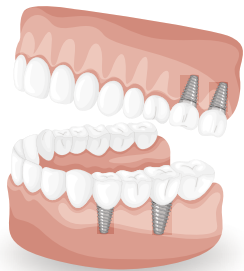
Perte d'autonomie

- S'assurer que le brossage des dents est bien fait
- Utiliser une brosse à dents électrique peut prolonger l'autonomie
- Assister la personne au besoin

Personne à risque d'étouffement

- Garder la tête vers le bas lors du brossage
- Choisir un dentifrice sans agent moussant (vérifier avec son pharmacien)
- Cracher le surplus de dentifrice ou l'éliminer avec un papier absorbant
- Ne pas rincer la bouche après le brossage





Bouche propre et en santé

Prothèse dentaire fixe sur implants



Au moins deux fois par jour :

1. Si aucune dent naturelle :

Tremper une brosse à dents à poils souples dans un rince-bouche antiseptique sans alcool

Si présence de dents naturelles :

Mettre du dentifrice fluoré équivalent à la grosseur d'un pois

2. Brosser les dents, les prothèses, les implants, les gencives et la langue
3. Cracher le surplus
4. Nettoyer les espaces entre les implants avec une brosse interdentaire
5. Rincer les brosses à l'eau et laisser sécher



Bouche sèche

- Boire souvent de l'eau
- Vérifier avec son médecin si la sécheresse est causée par un médicament
- Vérifier avec son pharmacien les produits qui soulagent la sécheresse

Perte d'autonomie

- S'assurer que le brossage des dents est bien fait
- Utiliser une brosse à dents électrique peut prolonger l'autonomie
- Assister la personne au besoin

Personne à risque d'étouffement

- Garder la tête vers le bas lors du brossage
- Choisir un dentifrice sans agent moussant (vérifier avec son pharmacien)
- Cracher le surplus de dentifrice ou l'éliminer avec un papier absorbant
- Ne pas rincer la bouche après le brossage



PROSTOOLEH/FREEPIK





Bouche propre et en santé

Prothèse dentaire amovible sur implants



Au moins deux fois par jour :

1. Si aucune dent naturelle :

Tremper une brosse à dents à poils souples dans un rince-bouche antiseptique sans alcool

Si présence de dents naturelles :

Mettre du dentifrice fluoré équivalent à la grosseur d'un pois

2. Retirer la prothèse
3. Brosser les dents, les implants, les gencives et la langue
4. Cracher le surplus
5. Nettoyer les espaces entre les implants avec une brosse interdentaire
6. Rincer la prothèse et la remettre sur les implants
7. Rincer les brosses à l'eau et laisser sécher



Le soir, brosser les prothèses en profondeur :

1. Placer dans le lavabo une débarbouillette ou le remplir d'eau : cela évitera à la prothèse de casser si elle tombe
2. Brosser la prothèse avec une brosse à prothèses et un nettoyant doux
3. Rincer la prothèse et la brosse à l'eau
4. Déposer la prothèse dans un contenant d'eau pour la nuit

Contenant à prothèses

- Le rincer à l'eau une fois par jour
- Le nettoyer avec un savon doux une fois par semaine



Bouche sèche

- Boire souvent de l'eau
- Vérifier avec son médecin si la sécheresse est causée par un médicament
- Vérifier avec son pharmacien les produits qui soulagent la sécheresse

Perte d'autonomie

- S'assurer que le brossage des dents est bien fait
- Utiliser une brosse à dents électrique peut prolonger l'autonomie
- Assister la personne au besoin

Personne à risque d'étouffement

- Garder la tête vers le bas lors du brossage
- Choisir un dentifrice sans agent moussant (vérifier avec son pharmacien)
- Cracher le surplus de dentifrice ou l'éliminer avec un papier absorbant
- Ne pas rincer la bouche après le brossage



PROSTOOLEH/FREEPIK



Matériel de la trousse d'hygiène de la bouche :

Personne de 6 ans et moins

Utiliser :



Et l'un des articles suivants si les dents sont collées.



Personne de 7 ans et plus, adolescent ou adulte

Si présence de dents naturelles, utiliser :



Et l'un des articles suivants si les dents sont collées.



Si absence de dents naturelles, utiliser :



Personne avec des prothèses dentaires amovibles (qui s'enlèvent)

Ajouter dans la trousse :



Personne avec des implants dentaires ou des ponts

Ajouter dans la trousse :



