

D'une bouche à l'autre

Saviez-vous que chez les adultes,
les maladies de gencives sont très fréquentes ?

Chez la femme enceinte,
lorsque cette maladie est sévère, elle peut
provoquer un accouchement avant terme.



Rendez-vous des parents : _____

Nom du dentiste : _____

Téléphone du dentiste : _____

Téléphone du dentiste : _____

Nom du dentiste : _____

Rendez-vous de bébé : _____

à 1 an

à 2 ans

à 3 ans

Les femmes enceintes souffrant d'une maladie des gencives ont 4 à 7 fois plus de risque de donner naissance à un bébé prématuré ou de petit poids.

QUOI FAIRE ?

Consultez le dentiste et l'hygiéniste dentaire, de préférence au cours du premier trimestre de grossesse.

Les personnes qui ont des caries et des gencives qui saignent peuvent échanger les bactéries qui causent ces maladies avec leur conjoint et leurs enfants.

QUOI FAIRE ?

Diminuez la quantité de bactéries nocives dans votre bouche en adoptant de bonnes habitudes d'hygiène dentaire.

Faites enlever de vos dents les dépôts de tartre et réparer vos caries.

Évitez que les objets que votre enfant met à sa bouche, comme la suce ou la cuillère, soient en contact avec votre salive.

www.cisss-ca.gouv.qc.ca

Très jeunes, les enfants imitent les habitudes et les gestes de leurs parents, d'où l'importance de les inclure régulièrement à nos activités d'hygiène dentaire et autres.

QUOI FAIRE ?

Nettoyez, dès sa naissance, la bouche de votre enfant avec une petite débarbouillette propre et humide.

Dès l'arrivée de la première dent, débutez le brossage avec une petite quantité de dentifrice au fluorure, soit la taille d'un grain de riz ou d'un petit pois.

En présence de l'enfant, utilisez la soie dentaire et brossez vos dents, vos gencives et votre langue

Choisissez pour la famille des collations qui favorisent la santé, comme des fruits, des légumes, des produits laitiers et des noix.

Papa, maman, vous pouvez dès maintenant m'aider à grandir avec une bouche en santé.

**Centre intégré
de santé et de services
sociaux de Chaudière-
Appalaches**

Québec 