

Cabinet Dentaire Pontier

Dr Indaco Denis - Dr Bismuth Michèle - Dr Indaco Florent
47 Avenue Henri Pontier, 13100 Aix-en-Provence - Tél. : 04 42 99 20 81
Chirurgiens Dentistes à Aix en Provence
www.cabinet-pontier.fr



S'il vous arrive, même occasionnellement, de présenter des symptômes de bruxisme, n'hésitez pas à nous en parler rapidement

Traiter le bruxisme évitera des usures inesthétiques ou inconfortables dans votre bouche

Relaxation et kinésithérapie peuvent parfois améliorer certains cas de bruxisme

Les grincements de dents nocturnes : le bruxisme

Le bruxisme est l'action de grincer des dents durant le sommeil en produisant des bruits de frottements dentaires. Ce problème touche environ 10 à 15% de la population française.

Manifestations

Au niveau de la bouche, les forces très importantes mises en jeu pendant le bruxisme peuvent avoir des effets nuisibles. Sur les dents, bien sûr, usées prématurément, et il faut souligner que cette usure peut aussi concerner les dents de lait.

Une autre conséquence du bruxisme nocturne est la fatigue des muscles de la mâchoire constatée au réveil. Cette gêne limite alors les mouvements mandibulaires avec parfois des douleurs en avant de l'oreille.

Les forces du bruxisme sont aussi capables de déplacer les dents, si la gencive est en mauvais état (maladies parodontales), et de causer des dégâts sur les articulations de la mâchoire.

Origine

On a longtemps pensé que l'usure des dents était elle-même la cause du bruxisme. Il est maintenant démontré que l'usure excessive des dents est la conséquence et non la cause du bruxisme. Diverses propositions ont ensuite été faites mettant en cause des facteurs psycho-émotionnels, tel que le stress, dans le développement du bruxisme.

Aujourd'hui les travaux de recherches portent surtout sur les troubles du sommeil, et en particulier sur les médiateurs chimiques qui interviennent dans la régulation des phases du sommeil. En effet, lors d'études faites en laboratoire du sommeil sur des patients souffrant de bruxisme, il a été constaté que les muscles de la mâchoire ne sont pas les seuls touchés par des contractions et mouvements involontaires. Les jambes et bien d'autres muscles du corps sont concernés.

Le bruxisme observé au niveau de la mâchoire n'est donc qu'un des signes visibles d'une situation générale ; c'est sous cet angle qu'il est envisagé.



Traitements

Actuellement, les causes réelles du bruxisme n'étant pas connues, il n'existe pas de moyen de traitement de cette para fonction (le bruxisme n'est pas une maladie). On se contente donc d'en limiter les effets destructeurs sur les mâchoires.

Le moyen utilisé est une orthèse orale (ou gouttière), sorte de protection amovible en résine placée sur une des mâchoires pendant la nuit. Cette gouttière est plus tendre que les dents, de telle sorte que les mouvements de grincements aboutissent à l'user sans que les dents ne soient endommagées. Bien entendu, si le bruxisme se poursuit pendant plusieurs années, la gouttière de protection devra être refaite.

Le fait de serrer des dents durant la journée, sans grincements (et donc sans bruit) conduit à des symptômes identiques : fatigue musculaire de la mâchoire, usure des dents, déplacements dentaires, difficultés articulaires. Cependant, un diagnostic précis doit être fait pour savoir ce qui relève du bruxisme nocturne, avec la mise en place d'une protection par gouttière (bruxisme nocturne), et ce qui relève d'une étude approfondie des désordres de l'appareil manducateur.

Nos conseils

- L'utilisation d'une gouttière orale n'est pas nécessaire chez les enfants puisque les dents de lait sont appelées à tomber.
- Si les dégâts du bruxisme sont déjà importants, il est possible que les dents soient alors très délabrées avec risque d'atteinte de la pulpe. Des soins dentaires plus complets seront nécessaires, faisant appel à des prothèses fixes.