

# Maladie des gencives et diabète

Une maladie des gencives est une inflammation (enflure) des gencives qui endommage les tissus mous et détruit les os. Au fil du temps, une perte osseuse se produit, ce qui peut entraîner un déchaussement des dents, une augmentation de la douleur et, finalement, la chute des dents.

## QUELLE EST L'INCIDENCE DU DIABÈTE SUR VOTRE BOUCHE?

- Il accroît la quantité de plaque dentaire (pellicule collante qui se forme sur vos dents chaque jour). Cette plaque se transforme en tartre et irrite les gencives, ce qui peut entraîner une maladie des gencives.
- Les gencives saignent plus facilement.
- Le diabète augmente le risque d'infection et ralentit la cicatrisation.
- Il entraîne une sécheresse buccale qui cause l'apparition de plaies dans la bouche.
- Il entraîne une mauvaise haleine en raison de l'accumulation de bactéries ou d'infections.

## QUE PUIS-JE FAIRE POUR PRÉVENIR LES MALADIES DES GENCVES?

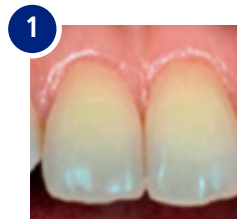
- Maintenez votre glycémie aux taux cibles établis par votre fournisseur de soins de santé.
- Brossez-vous les dents au moins deux fois par jour avec un dentifrice fluoré et utilisez du fil dentaire quotidiennement.
- Évitez de consommer des produits du tabac (à fumer, à mâcher ou à consommer à l'aide d'une vapoteuse) et de fumer du cannabis.
- Suivez les recommandations du Guide alimentaire canadien. Demandez à votre fournisseur de soins de santé de vous aider à obtenir des renseignements sur l'alimentation saine et la planification des repas.
- Consultez régulièrement votre dentiste ou votre hygiéniste dentaire et informez-les de votre diabète.

## QUELLE EST L'INCIDENCE D'UNE MALADIE DES GENCVES SUR VOTRE DIABÈTE?

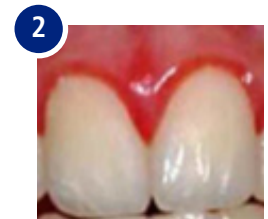
- Elle augmente la glycémie, ce qui rend le contrôle du diabète plus difficile.
- Elle accroît le risque de contracter d'autres problèmes liés au diabète (yeux, cœur, reins et lésion d'un nerf).

## LES ÉTAPES DE LA MALADIE DES GENCVES

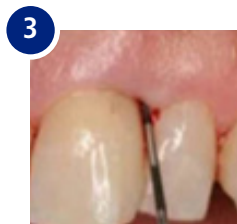
**Le diabète peut accélérer ce processus. Restez à l'affût de tout changement dans votre bouche!**



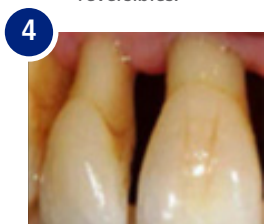
- Gencives roses
- Aucun saignement



- Les gencives sont rouges, gonflées et peuvent saigner facilement.
- Les dommages sont réversibles.



- Premier stade de la perte osseuse.
- Les gencives saignent facilement.
- Les gencives se détachent des dents.
- Atteinte irréversible des gencives et des os.



- Les dents peuvent sembler plus longues.
- Les dents se déchaussent et peuvent tomber.
- Les signes de l'étape 3 s'appliquent également.

Photos reproduites avec l'autorisation du Dr. Gordon Schwartz de Gumdocs.com (en anglais seulement).