

# Votre dentiste vous informe...

## LE PROTECTEUR BUCCAL



Dr Philippe Chartrand, DMD



Avec l'automne vient une période occupée pour les activités sportives, de toute sorte. Pratiquer notre sport ou activité préférés en toute sécurité est une préoccupation de tous les instants. Malheureusement, certaines blessures peuvent survenir lors de la pratique de ceux-ci. Il importe donc de porter l'équipement de protection nécessaire à la pratique de notre sport ou activité en question de façon à éviter les blessures. Le protecteur buccal est une pièce d'équipement de protection, souvent oublié, qui permet d'éviter de nombreuses blessures. Par exemple, toute personne pratiquant un sport de contact a 10 % de risque de blessure orofaciale à chaque saison et 33 à 56 % au cours de sa carrière.

### Rôle du protecteur buccal :

Protège les dents et les lèvres, réduit l'intensité des forces à l'origine des commotions cérébrales, des blessures au cou et des fractures de la mâchoire. Comme il s'interpose entre les dents supérieures et inférieures, il prévient le contact entre le condyle et la fosse glénoïde de l'articulation temporo-mandibulaire. Il prévient aussi les coupures à la langue et aux joues pendant un impact.

### Types de protecteurs buccaux :

**Protège-dents en stock :** disponibles en formats petit, moyen et grand. Ce sont les plus économiques, mais ils sont encombrants, manquent de rétention,

nuisent à la parole et à la respiration.

**Protège-dents bouillir et mordre :** moulés en bouche par la personne elle-même, il constitue le protège-dent le plus commun. Ils doivent-être, le plus souvent, modifiés parce qu'ils ne sont pas confortables, n'offrent pas une bonne rétention et donnent mal au cœur. De plus, l'épaisseur idéale du protecteur pour résister aux forces d'impact est de 3 mm. Lors de la morsure du protège-dents bouillir et mordre, cette épaisseur protectrice est diminuée de 70 à 99 % sur la surface occlusale des dents.

**Protège-dents fait sur mesure :** fabriqués sur un moule en pierre, ils sont taillés en laboratoire pour qu'ils s'ajustent bien aux dents et à la gencive. Cette méthode permet d'augmenter l'oxygénation, l'élocution et le confort pendant l'effort physique. Cette méthode permet aussi de conserver l'épaisseur idéale de 3 mm pour une protection optimale lors d'un impact.

### Étapes de confection

Le protecteur buccal fait sur mesure nécessite 2 rendez-vous chez le dentiste. Le premier rendez-vous servira à la prise d'empreinte des maxillaires et du choix de couleur du futur protecteur. Ensuite, le dentiste envoie le tout au laboratoire

dentaire pour sa confection. Au deuxième rendez-vous le protecteur est mis en bouche et des ajustements peuvent être apportés sur place. Le patient quitte ensuite avec son protecteur buccal.

**Voici une liste des sports et activités pour lesquels le protecteur buccal est recommandé :**

arts martiaux, basketball, baseball, boxe, crosse, football, gymnastique, hockey, lutte, motocross, planches à roulette, patin à roues alignées, vélo, sports de raquette, ringuette, rugby, soccer, sports de glisse, trampoline. Pour toutes questions vous pouvez communiquer avec nous à la clinique pendant les heures d'ouverture.



**262, Route 338, Les Coteaux 450 267-9008**

**OUVERT**  
**5 JOURS - 4 SOIRS**