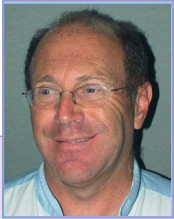


# Les Dents La Vie

Association Loi 1901



## Edito

Par Ted Levi

### MENTEUR COMME UN ARRACHEUR DE DENTS !

J'en ai encore froid dans le dos ! Quand j'ai entendu cette expression pour la première fois, j'étais encore étudiant en dentaire et j'ai compris que la profession que je m'apprêtais à rejoindre avait une bien mauvaise réputation... En fait, nous étions classés avec les mécaniciens auto, les dépanneurs télé, c'est-à-dire les métiers où de toute façon on ne comprend rien et où l'on peut nous raconter n'importe quoi.

Fort heureusement, les choses ont bien changé, tous les acteurs de notre profession ont œuvré, depuis déjà de longues années, pour que le respect de la parole vraie soit une priorité dans nos cabinets et redorer le blason des praticiens de l'art dentaire. Toutes les sociétés ont besoin d'un certain nombre de lois écrites pour pouvoir subsister, pour que les individus composant cette société puissent croire les uns en les autres, pour que la vie sociale puisse s'organiser, pour que les échanges commerciaux puissent avoir lieu... Mais au delà de cela, le respect de la parole donnée est primordial ! En cas de parjure, la société est incapable de sanctionner. Pourtant, sans ce code d'honneur, la confiance ne peut exister entre deux êtres, qu'ils soient mariés, collègues de bureau, partenaires commerciaux... Consultation après consultation, nous construisons nos rapports avec nos patients, basés sur la confiance et le respect mutuel.

Tout au long de la journée, nous expliquons et commentons les plans de traitements, décrivant avantages et inconvénients. Ce devoir d'information a pour but de recueillir le fameux consentement éclairé, c'est-à-dire en connaissance de cause. Faute pour celui qui omettra de parler des implants dentaires, des traitements orthodontiques et même qui par une moue de visage ou une grimace les déni-grera.

Cette attitude n'est sanctionnée d'aucune punition légale, mais inscrite dans l'inconscient du patient qui tôt ou tard en tirera les conséquences et privera le praticien du fameux bouche à oreille. Mais au-delà de la sanction, le praticien qui dit vrai rentre chez lui heureux et fier de s'être comporté en honnête homme « tout seul comme un grand », sans épée de Damoclès au dessus de sa tête.

Bonne lecture !

**Si vous désirez vous abonner, contactez-nous :**  
**associationlesdentslavie@yahoo.fr**  
**Tél : 01 47 03 00 07**

**Document  
salle d'attente**

## Sommeil et rêves

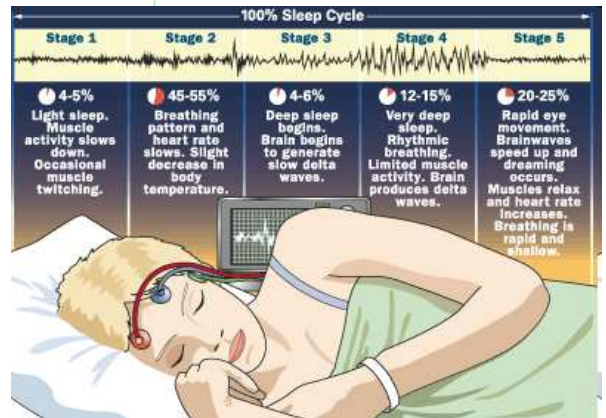
Un état mystérieux, difficile à déchiffrer

*Qu'est-ce qu'une chauve-souris, un éléphant et un être humain ont en commun ? Ils ont tous besoin de dormir ! Nous passons près du tiers de notre vie à dormir, et pourtant les chercheurs ne savent pas encore expliquer pourquoi. Ce qui est certain, c'est qu'un être humain peut survivre plus longtemps sans nourriture que sans sommeil ! Etudions donc ce phénomène de plus près.*

### IMPORTANCE DU SOMMEIL

Pour mieux comprendre le rôle du sommeil, voyons ce qui se passe lorsque nous en sommes privés. Le manque de sommeil a des effets graves sur la capacité de notre cerveau à fonctionner. Une nuit blanche a des effets secondaires considérables : étourdissement, irritabilité et mauvaise mémoire. Une nuit sans sommeil diminue la capacité de concentration. Le manque continu de sommeil porte gravement atteinte à la partie du cerveau qui contrôle le langage, la mémoire, la planification et la notion de temps.

logique se rompent pendant les rêves et le cerveau offre des solutions nouvelles, originales, qui ne s'étaient pas présentées pendant la journée.



### LES CYCLES DU SOMMEIL

Le sommeil se décompose en 3 à 5 cycles successifs d'environ 90 minutes, les premiers correspondant au sommeil « lent » et le dernier au sommeil dit « paradoxal ». Chaque cycle se divise en 5 étapes :

**Somnolence** Transition entre l'éveil et le sommeil. La respiration se ralentit, de même que le rythme cardiaque, et l'ouïe est sensible aux bruits faibles. Notre activité



musculaire diminue et l'on peut avoir des mouvements involontaires. À ce stade, le sommeil est léger et l'on peut se réveiller facilement.

**Sommeil léger** Cette étape est la plus longue. C'est à ce stade que l'on se repose le mieux, bien qu'il soit encore facile de se réveiller.

**Sommeil profond, étape 1** La respiration et le rythme cardiaque sont à leur niveau le plus bas. Cette étape est particulièrement importante chez les enfants car c'est à ce stade que se produit la division cellulaire et la production d'hormone de croissance.

**Sommeil profond, étape 2** La respiration est rythmée et l'activité musculaire limitée. Lorsque nous nous réveillons pendant la phase de sommeil profond, il nous est difficile de nous adapter immédiatement. Nous nous sentons souvent désorientés pendant quelques minutes. C'est à cette étape que peut se produire le somnambulisme et les terreurs nocturnes, par exemple.

**Sommeil paradoxal** La première phase de « REM » (de l'anglais « Rapid Eye Movement », mouvement oculaire rapide) survient 70 à 90 minutes après l'endormissement et se répète 3 à 5 fois par nuit. Bien que nous ne soyons pas conscients, notre cerveau est très actif, parfois même plus que lorsque nous sommes éveillés. C'est au cours de cette phase que se produisent la majorité des rêves. Les yeux effectuent des mouvements rapides, le rythme de la respiration et la pression sanguine augmentent, tandis que le reste du corps est paralysé.

Une fois cette dernière phase achevée, le cycle recommence. Chaque nuit, entre 20 et 25 % du sommeil correspond au sommeil paradoxal. Au réveil, plus de 80 % des individus se souviennent du rêve qu'ils faisaient, parfois même de celui qu'ils avaient fait pendant d'autres cycles, bien qu'ils soient différents et qu'ils se réfèrent à des faits distincts.

## SE SOUVENIR OU PAS

Nous ne nous rappelons pas tous nos rêves. En général, nous avons la sensation d'avoir rêvé mais nous ne savons plus de quoi, et souvent nous ne nous en souvenons que quelques minutes immédiatement après le réveil. Puis, au fil des heures, le contenu des

rêves devient de plus en plus flou et imprécis. Les médecins spécialisés dans le sommeil expliquent ce phénomène en soulignant qu'au fil des cycles, les premières étapes du sommeil se raccourcissent tandis que les dernières se rallongent. Cela serait une des raisons pour lesquelles il nous est plus facile de nous rappeler nos derniers rêves.

## PARASOMNIES

Les parasomnies sont des phénomènes anormaux, des rêves ou des activités physiques particulièrement vives qui se produisent pendant le sommeil, associés à des épisodes brefs ou partiels d'éveil sans interruption importante du sommeil. Parmi les parasomnies les plus courantes figurent le somnambulisme, le bruxisme et les terreurs nocturnes.

Il est normal d'observer des secousses sporadiques des jambes pendant le sommeil. Mais certains grincent également intensément des dents (**bruxisme**), réalisent des mouvements périodiques et souffrent de cauchemars.

Le **somnambulisme** est l'acte de se déplacer de façon semi-consciente pendant son sommeil sans s'en rendre compte. Les somnambules ne rêvent pas pendant cette étape, et leur activité cérébrale, bien qu'elle soit anormale, ressemble plus à celle d'un individu réveillé qu'à celle d'une personne endormie. Il arrive qu'ils murmurent des phrases et, en général, ils ne se souviennent pas de cet épisode.

Les **terreurs nocturnes** se manifestent par des crises d'angoisse mêlées de cris et d'agitation, et sont souvent accompagnées de somnambulisme. Elles se produisent généralement lors des phases de sommeil lent.

Il existe d'autres phénomènes qui entrent dans la définition des parasomnies, en cela qu'ils surviennent pendant le sommeil et causent un certain degré d'interruption de celui-ci. C'est le cas de la tendance à parler pendant le sommeil, les cauchemars ou les crampes nocturnes dans les jambes, par exemple.



## POUR EN SAVOIR PLUS

- <http://fr.wikipedia.org/wiki/Sommeil>
- <http://www.sommeil-mg.net/spip/Parasomnies-et-genetique>



[www.fournituredentaire.com](http://www.fournituredentaire.com)

OCCITANIE DENTAIRE

Marc GERGONDEY

86 RUE DU PRAT 31770 COLOMIERS

Tél : 05 34 36 92 68



Z I R C O N I A  
D E V E L O P M E N T &  
A P P L I C A T I O N S

1er implant taraud en zircon  
avec taraudage interne

- Design breveté



DESTINATION BLANCHEUR  
Esthétisme, précision et durabilité



[www.zda-med.com](http://www.zda-med.com)



# Dents surnuméraires

Quand le nombre de dents est excédentaire

*Les dents surnuméraires sont celles qui excèdent le nombre normal de dents temporaires (20) ou de dents définitives (32). Cette anomalie touche entre 0,5 et 3 % de la population. Elle est plus fréquente dans la dentition définitive et les hommes sont plus touchés que les femmes. Dans la majorité des cas, elle se situe dans la région incisive du maxillaire supérieur.*

### CAUSES ET DIAGNOSTIC

La présence de dents surnuméraires, également appelée hyperdontie, est généralement liée à une prédisposition génétique, bien que dans certains cas elles peuvent apparaître spontanément. Au plan génétique, les dents surnuméraires sont associées à un gène récessif du chromosome X, ce qui explique une prévalence chez les hommes. Selon d'autres théories, des facteurs environnementaux seraient à l'origine de ce phénomène.

Elles peuvent être manifestes, sur l'arcade, ou passer inaperçues. Le diagnostic s'effectue alors au moyen de techniques d'inspection, palpation et radiologie. Les radiographies constituent la méthode de diagnostic la plus fiable, notamment les panoramiques.

### FORMES CLINIQUES

Le terme de **mésiodents** désigne une dent surnuméraire située entre les incisives centrales maxillaires ou juste derrière elles. Il s'agit généralement de dents accessoires, dont la forme est souvent anormale, par exemple conoïde. Les dents surnuméraires dites **paramolaires** évoluent sur l'arcade, derrière la 1ère ou 2ème prémolaire ou entre la 1ère et 2ème molaire ou, exceptionnellement, entre la 2ème



et la 3ème molaire. Lorsqu'elle est située derrière la 3ème molaire, on parle de **distomolaire**. Généralement, les dents surnuméraires adoptent la forme des dents dont elles sont voisines, mais il arrive aussi qu'elles fusionnent avec une autre dent, tel un tubercule.

### SYMPTOMATOLOGIE

L'importance clinique des dents surnuméraires est liée au fait qu'elles occupent un espace qui ne leur correspond pas. Elles occasionnent souvent des troubles de l'éruption, la diastémie ou un positionnement anormal des dents permanentes, donnant lieu à des chevauchements ou des lésions sur les dents voisines.

Les signes suivants indiquent souvent la présence de dents surnuméraires :

- Retards dans les éruptions de dents
- Eruptions ectopiques (dans une position anormale)
- Mauvais positionnement dentaire et problèmes occlusaux
- Diastème (séparation anormale entre les dents)
- Déplacement dentaire
- Troubles fonctionnels
- Kystes dérivés du follicule surnuméraire
- Caries sur les dents voisines
- Résorption dentaire prématurée et lésions parodontales, conséquences de la compression sur les racines des dents adjacentes
- Perte de vitalité dentaire.

### FORME DES DENTS SURNUMÉRAIRES

La forme **conoïde** est la plus courante. La dent est petite et généralement



mésiodent. Elle présente une racine et parfois pas de couronne. Les dents surnuméraires peuvent également fusionner avec une dent voisine occasionnant une **germination** ou une espèce de **tubercule**. Enfin, au stade ultime de la germination peut se produire un **dédoublément**, où la dent surnuméraire est une réplique de la dent permanente.

### TRAITEMENT

Le traitement le plus courant pour les dents surnuméraires est l'extraction, sauf si elles ont fait éruption correctement et si elles sont situées sur l'arcade. Dans ce cas, il est possible qu'elles ne requièrent qu'un simple traitement esthétique afin de leur donner une forme plus adéquate. Le traitement des dents surnuméraires dépend de leur morphologie, positionnement, des effets observés ou potentiels sur les dents et structures voisines et de l'âge du patient, et il devra s'intégrer dans un plan de traitement plus général.

**GÉRARD CARRAU**  
Céramiste

IMPLANTS / ZIRCONÉ  
10, rue Fourcade 75015 Paris  
**Tél. 01 42 50 16 60**



# L'épilation définitive

Avantages et risques des méthodes existantes

À travers l'histoire, les hommes et les femmes ont fait preuve d'un grand intérêt pour leur pilosité faciale et corporelle. Depuis les débuts de l'utilisation de la cire chaude dans les années 1930, les progrès ont été incessants dans le domaine de l'épilation. La dernière invention en date est la photo-épilation. Est-elle vraiment « permanente » ? Quels sont les risques encourus ?

## DÉFINITION

La photo-épilation est littéralement « l'épilation par la lumière ». Il peut s'agir d'une seule longueur d'onde (laser) ou de plusieurs à la fois (lumière intense pulsée, ou IPL de l'anglais « Intense Pulse Light »). Le principe de l'épilation définitive est de détruire les follicules pileux pour qu'ils cessent de produire des poils. Comme les poils qui recouvrent le corps sont colorés, lorsque la lumière entre en contact avec le pigment, elle génère de la chaleur qui est transférée par le poil jusqu'au fond du follicule. C'est là que se trouvent les cellules qui font pousser les poils, et le but est de les détruire au moyen d'une action thermique.

Les poils du corps se trouvent à des phases de croissance différentes à un moment donné. C'est pour cette raison que plusieurs séances sont nécessaires pour obtenir un résultat satisfaisant, la quantité exacte variant selon les régions et la réaction individuelle de chaque patient au traitement. Le traitement n'est pas définitif puisque dans le meilleur des cas seuls 80 à 90 % des poils sont éliminés. Il est donc nécessaire de prévoir des séances d'entretien supplémentaires de façon régulière.

## TYPES DE PEAU

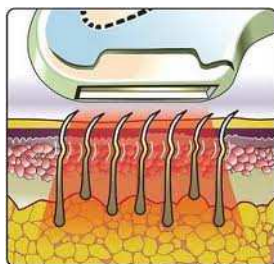
Pour classer les types de peau, on a recours à un système dénommé Fitzpatrick, et suit la classification suivante :

**Type 1** : Brûle systématiquement ne bronze jamais. **Type 2** : Brûle systématiquement, bronze parfois. **Type 3** : Brûle parfois, bronze systématiquement. **Type 4** : Ne brûle jamais, bronze systématiquement. **Type 5** : Peau modérément pigmentée. **Type 6** : Peau noire. Ne brûle jamais.

## DIFFÉRENCES

Le laser n'est appliqué que sur les peaux de type 1 à 3 tandis que l'IPL peut s'utiliser sur tout type de peau,

jusqu'au plus foncées. Tandis que le laser ne fonctionne que sur les poils foncés, l'IPL est efficace sur tout type de poils à l'exception des poils blancs qui ne possèdent pas de mélanine. Le laser fonctionne très bien sur les poils épais mais il présente des limites dans les phases finales du traitement où le poil devient très fin et de couleur plus claire.



## RISQUES ET EFFETS SECONDAIRES

Aucun traitement médical n'est sans risque. La technique IPL est néanmoins très récente et les effets sur le long terme ne sont pas encore connus. Par ailleurs, elle ne peut être appliquée que par un médecin en raison de la complexité des paramètres à prendre en compte.

### Effets temporaires

Des douleurs ou gênes pendant ou

après le traitement, une inflammation et des rougeurs dans ou autour de la zone traitée peuvent être observées et perdurer entre quelques minutes et quelques jours, voire quelques mois selon les personnes.

### Effets permanents

Ils sont très rares, et le fait que le traitement soit appliqué par un médecin les limite considérablement.

- Hypo-pigmentation (perte de la coloration) sur des régions traitées de la peau chez les personnes dont la peau est relativement foncée.
- Hyper-pigmentation (coloration plus sombre) de la peau, qui se produit également le plus souvent chez les personnes à la peau plutôt sombre. Elle est réversible.
- Cicatrices ou brûlures, qui sont dues au mauvais calibrage du traitement par le professionnel qui l'applique.

## POUR EN SAVOIR PLUS

- <http://fini-les-poils.com/article/quelle-difference-entre-lepililation-laser-et-la-photo-epilation>



## ART

Ce matin à l'école, Tom est mal fagoté et subit les moqueries de ses camarades. Ce n'est pas de sa faute, sa maman est partie loin et son papa a du mal à tout gérer. Qu'à cela ne tienne, pour lui redonner le sourire, son amie Clo se transforme en un éclair en fée Clochette et embarque Tom pour un voyage extraordinaire au pays imaginaire...

Du 9 avril au 24 juillet, Essaïon Paris  
6, rue Pierre-au-Lard, 75004 Paris. Mo Rambuteau  
Mercredi à dimanche, de 14h30 à 15h30

