

Virginie D'Angelo

Pauline Perrolet

# PLAQUE DENTAIRE, QUI ES-TU?



La prévention : on en parle, on agit.

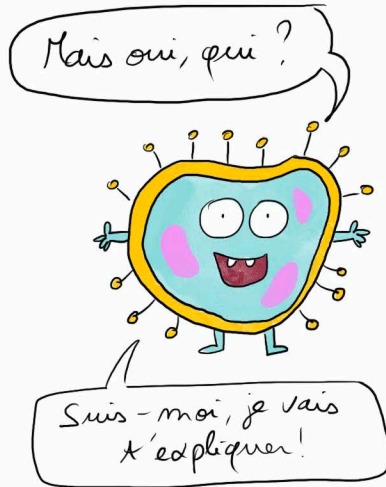
Tome 2



Virginie D'Angelo

Pauline Perrolet

# PLAQUE DENTAIRE, QUI ES-TU ?





Va te brosser les dents !

Pssss!

Tous les jours la même histoire !

"Brosse-toi les dents!"

Le matin, le soir...  
et ça recommence...

Mais pourquoi ???

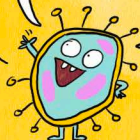
?

Salut!

Je me présente:  
Bacterius Carius

Je vais te raconter  
l'histoire de ta bouche,  
suis-moi!

Tu  
Comprendras  
pourquoi!



Nous, les bactéries, nous vivons dans la bouche en harmonie avec celui qui nous accueille, car nous avons besoin les uns des autres.

Moi, j'ai besoin de toi pour me nourrir, me multiplier.

Toi, tu as besoin de moi pour rester en bonne santé, car ma présence empêche l'installation d'autres bactéries plus virulentes.

On se rend service mutuellement!



Coucou, je suis une bactérie, je fais partie des 600 espèces différentes que tu peux trouver dans ta bouche.

Sais-tu combien nous sommes dans une petite quantité de salive?

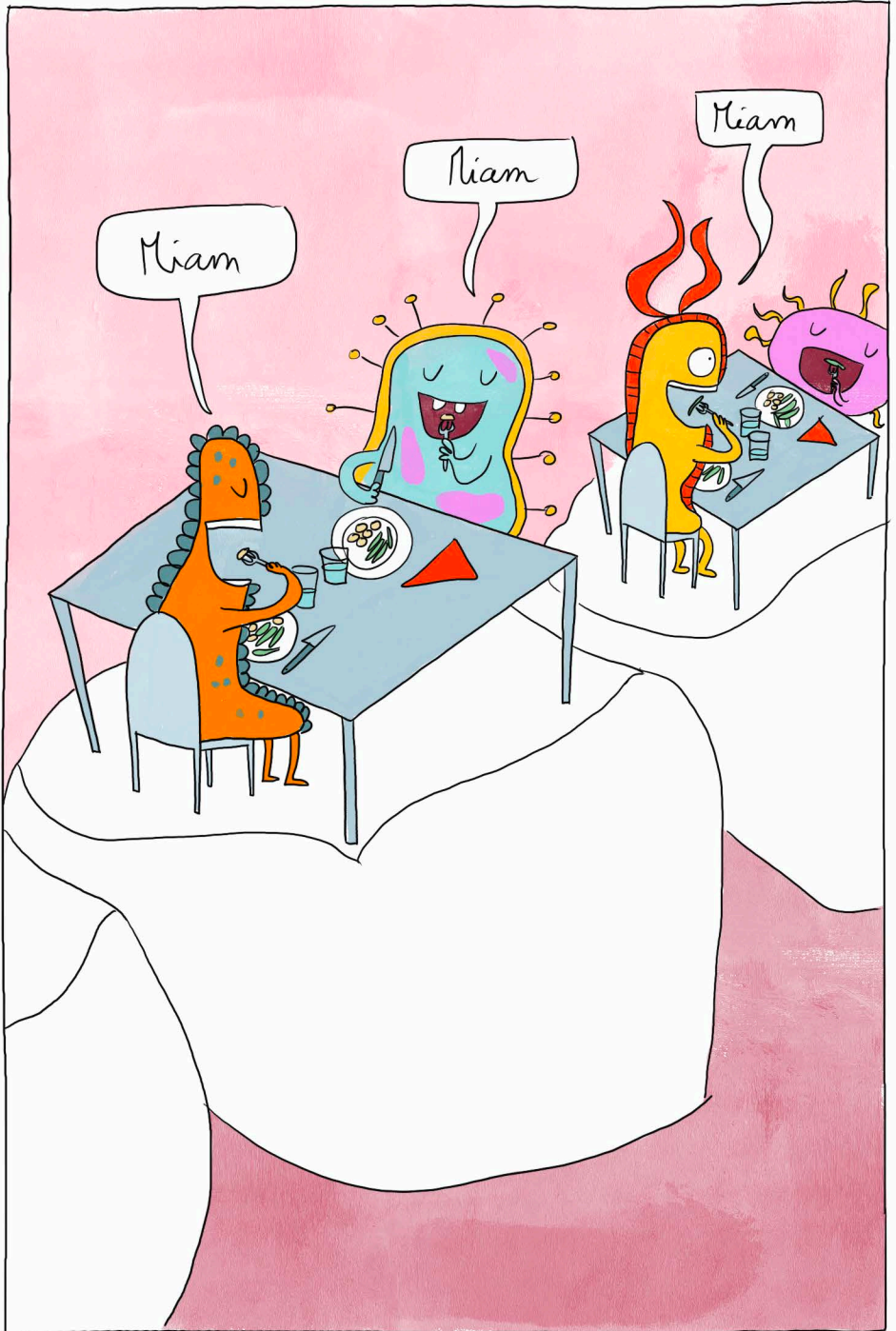
100 millions!

Nous sommes vivantes, comme toi!

## Première étape : LE REPAS

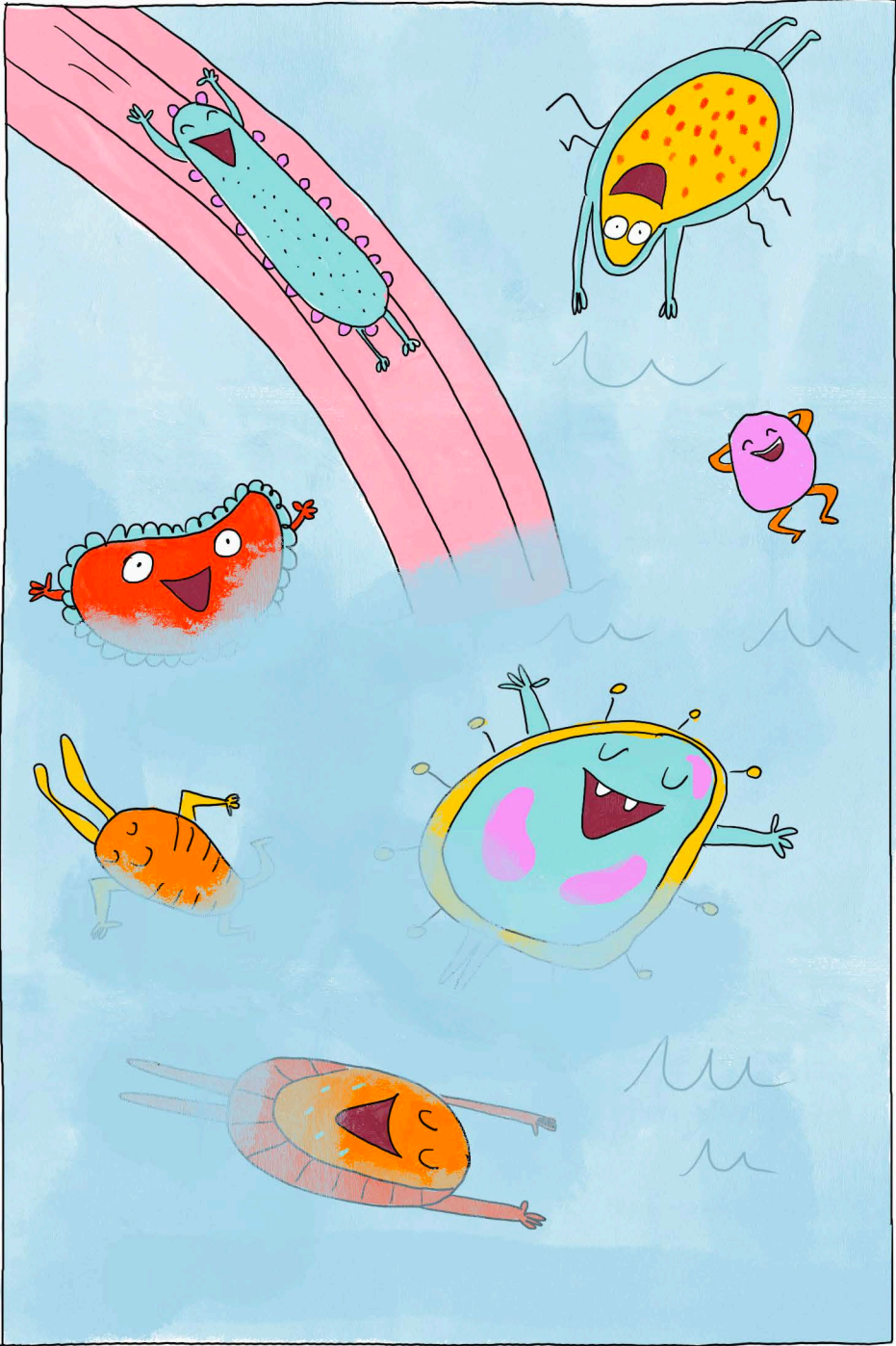
Je suis vivante et je mange comme toi (en même temps et grâce à toi!).  
Lors de tes repas, c'est festin pour nous!





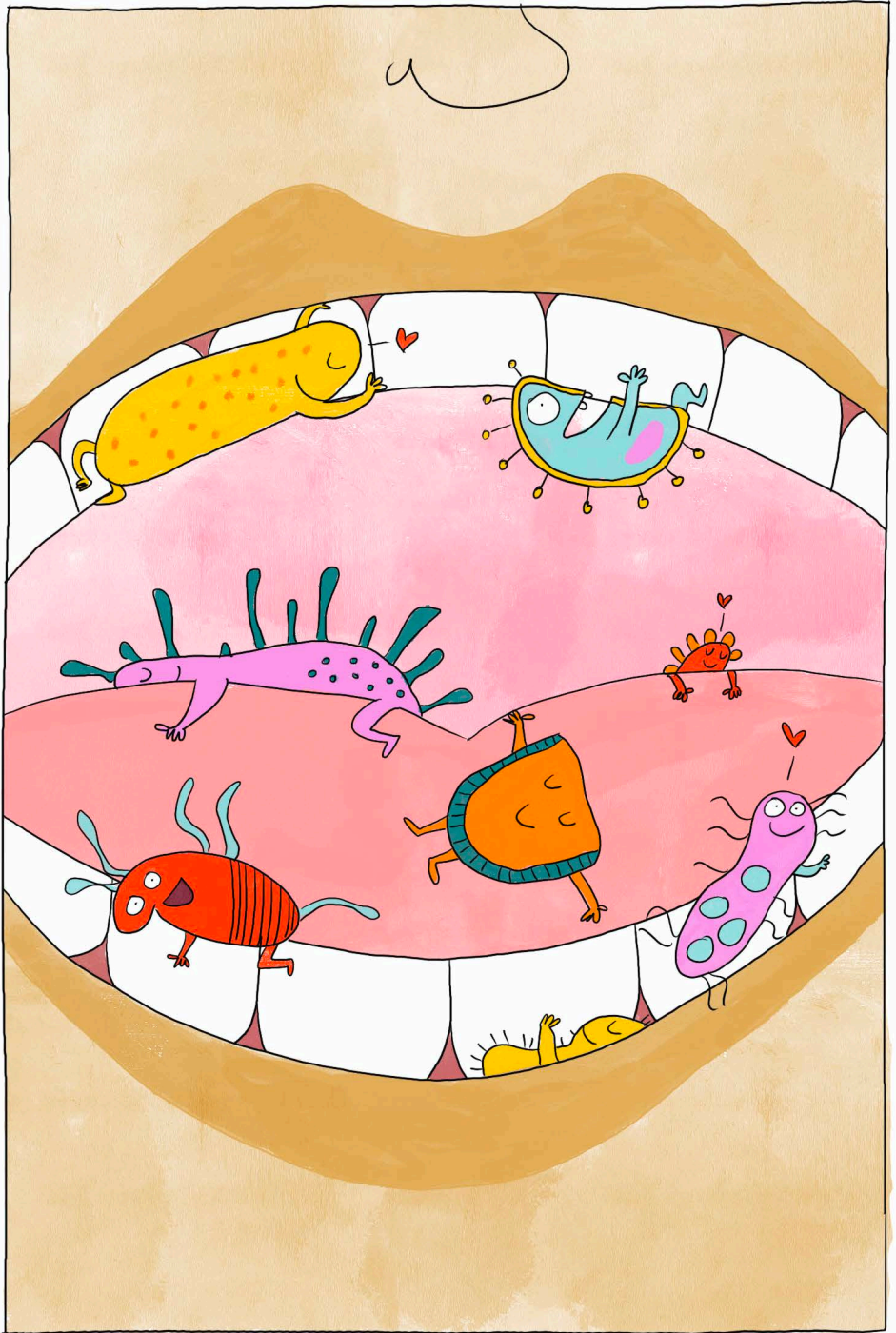
Il y a plus de salive, alors on peut se déplacer plus facilement partout.

Une grande partie des copines descend dans l'estomac et va continuer son travail pour nous aider à digérer. Une autre partie reste sur place.

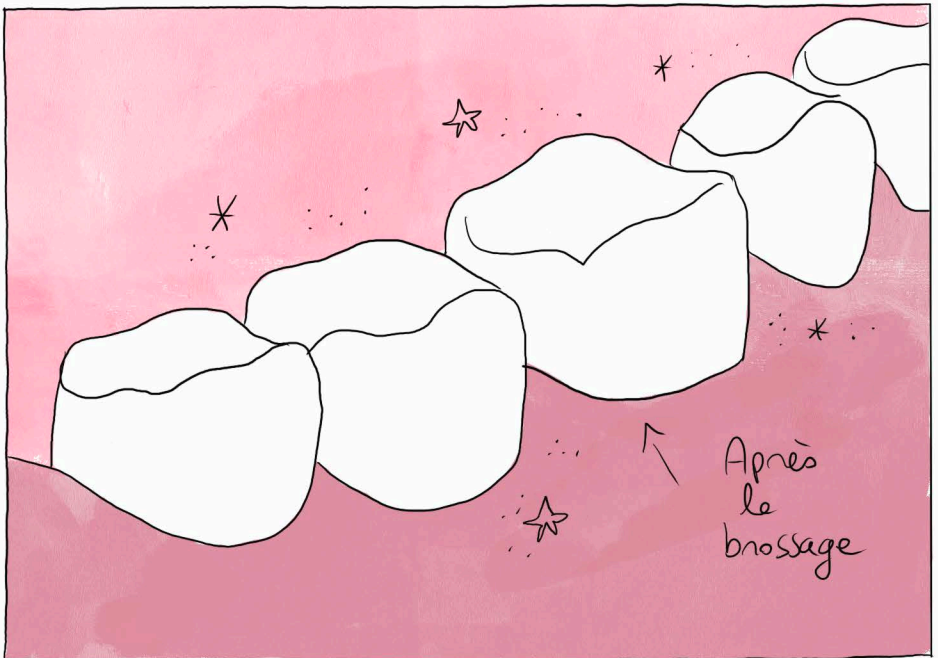
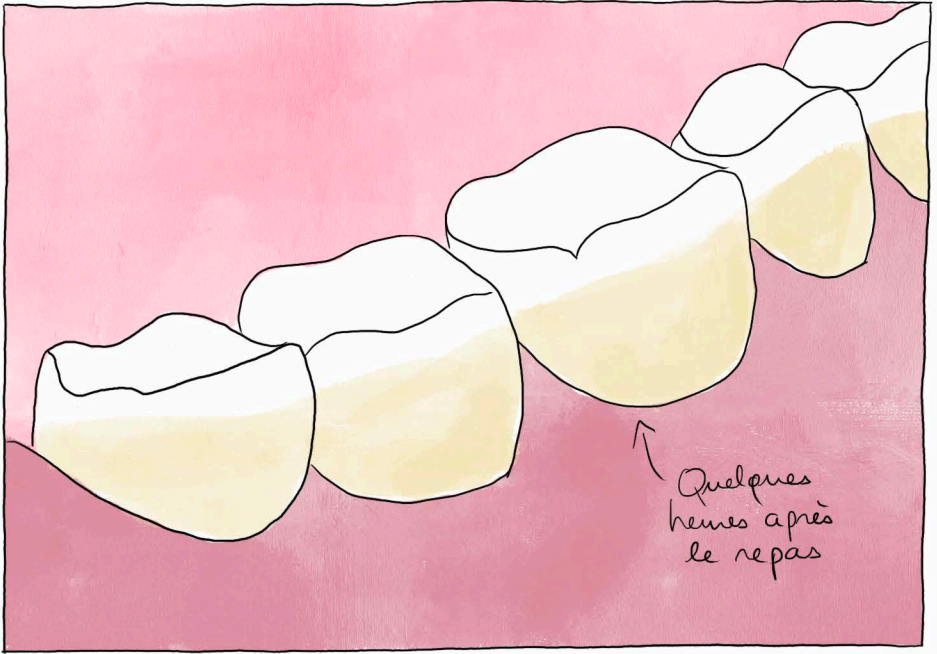


## Deuxième étape : LA MULTIPLICATION

Les conditions sont parfaites pour nous : il fait chaud, il y a de l'eau, nous sommes prêtes pour nous multiplier ! On est bien et on veut profiter du prochain repas, alors on s'accroche, on colle à tout ce qu'on peut (une dent, de la gencive, un morceau de langue ...)



Ta salive n'est pas que de l'eau, tu as remarqué qu'elle est visqueuse? C'est parce qu'on y trouve beaucoup d'autres habitants comme des protéines, des enzymes pour digérer, des ions... Maintenant que nous, les bactéries, sommes plus nombreuses, nous nous associons à tous ces éléments pour former une sorte de bouillie qui nous aide à coller partout! C'est ce qu'on appelle LA PLAQUE DENTAIRE! La voilà cette plaque dont on parle tant et qu'il faut éliminer pour garder notre bouche en bonne santé. Elle porte aussi le nom de BioFILM (bio = vivant). Il nous faut environ 8 à 10 heures pour former cette plaque dentaire.



## Troisième étape : L'ATTAQUE ACIDE

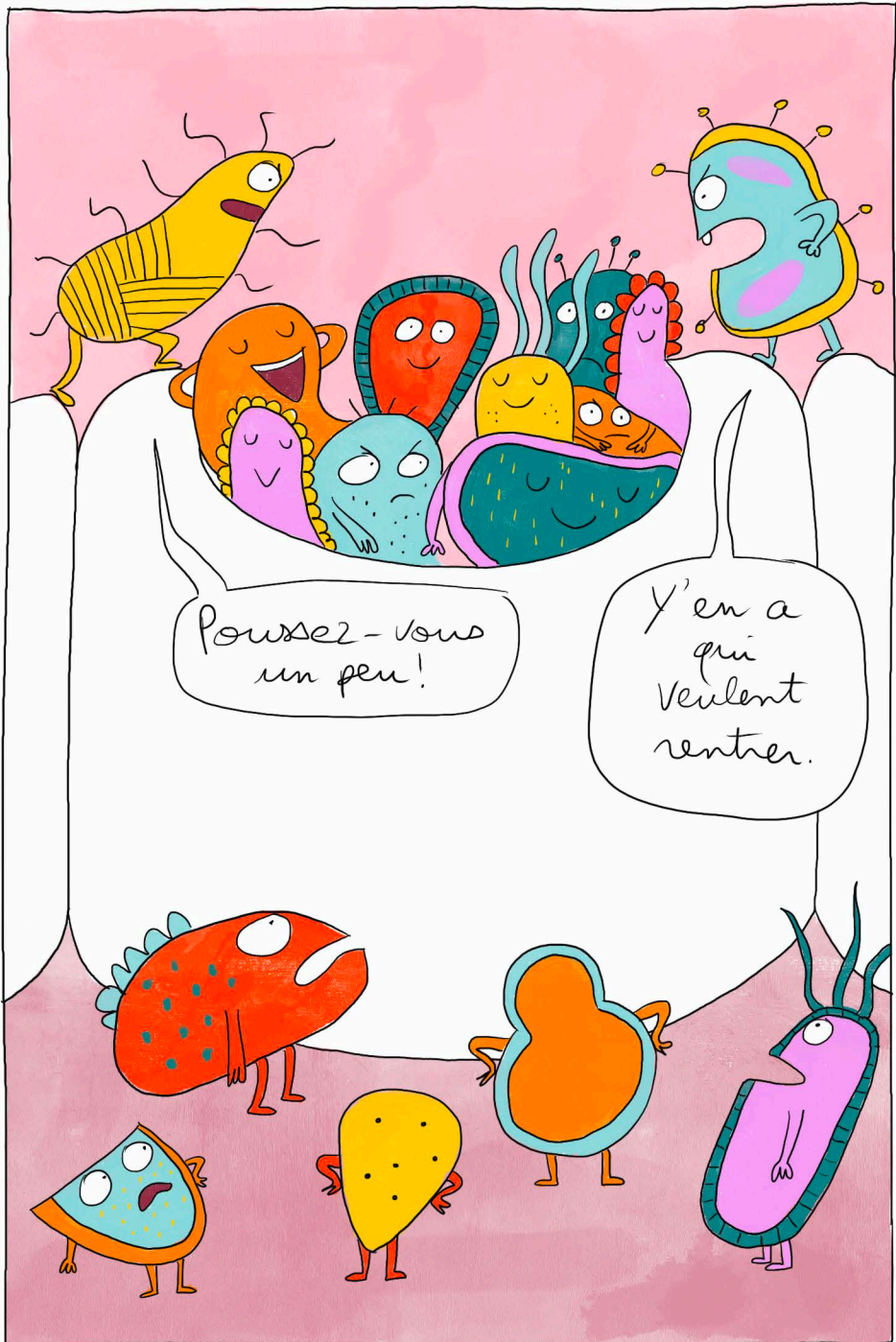
Une fois bien installées et suffisamment nombreuses, les travaux d'agrandissement intérieur peuvent commencer ! Il nous faut de la place puisque nous nous sommes multipliés.





Pour pouvoir creuser une dent qui est dure, nous fabriquons de l'acide. Ça permet de faire des trous partout!

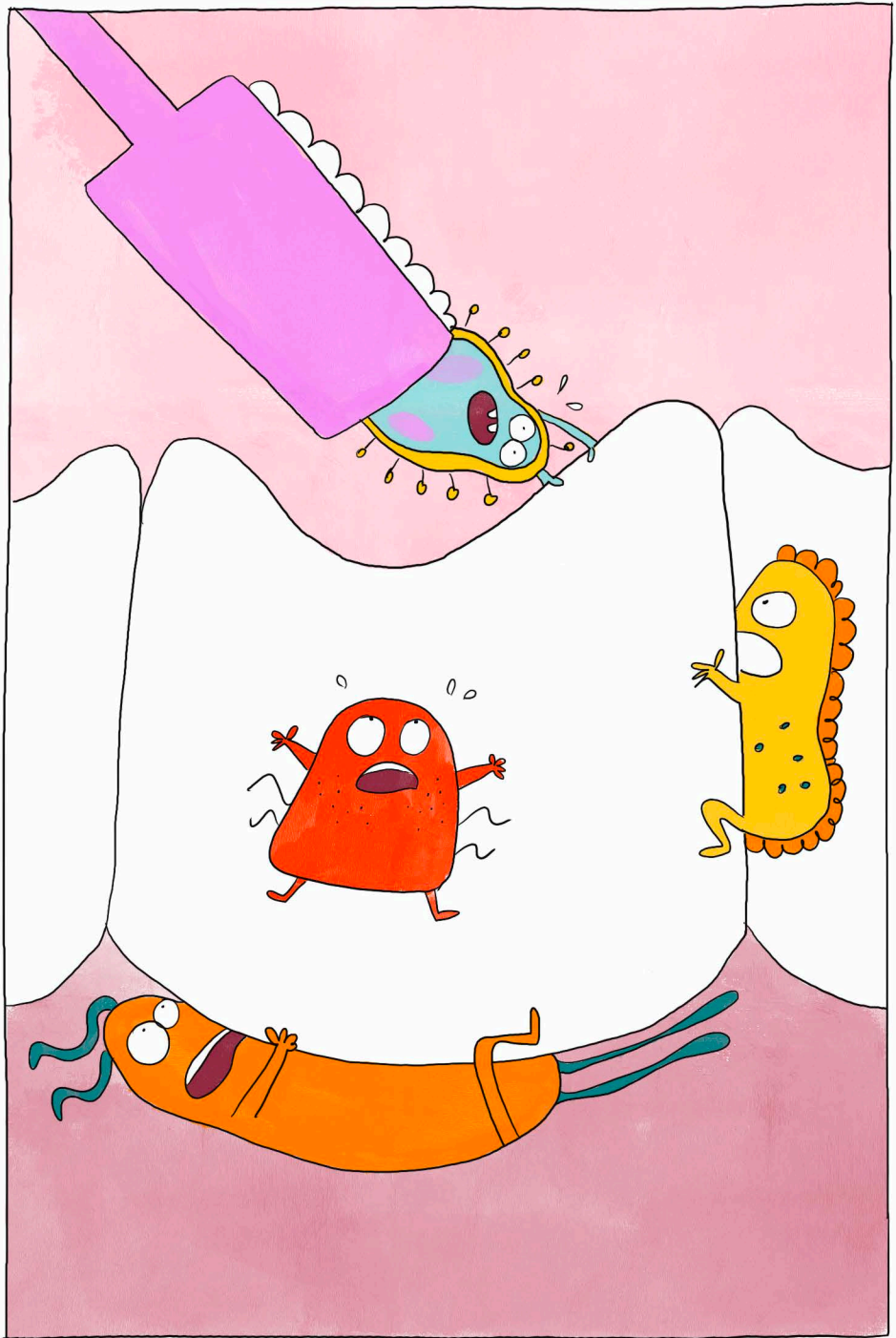
Nous, ça nous arrange, mais pour toi c'est très désagréable car des aliments se coincent dedans, ça fait gonfler ta gencive. Et puis il faut que tu saches que tes dents sont vivantes aussi, elles ressentent ce qui est chaud, froid, dur, mou, liquide, solide... elles te permettent de savourer tes repas. Alors lorsqu'elles sont attaquées par notre acide, les caries arrivent, les dents souffrent et toi aussi, car manger devient désagréable.



Poussez-vous un peu!

Y'en a qui veulent rentrer.

La très bonne nouvelle, c'est que même si cette histoire se répète à chaque repas, tu peux modifier la fin et garder une bouche en bonne santé. Grâce à ton brossage, tu vas nous décoller de la surface de tes dents, en décollant la plaque dentaire qu'on a formée. Ce simple geste quotidien te permettra de garder ton équilibre et ton confort !



Les éléments à réunir pour une belle cohabitation:

- Brossage matin et soir (toutes les 8 à 10 heures)
- Passer sa brosse partout (y compris les gencives)
- Appuyer suffisamment pour décoller la plaque!



Bravo, et merci de m'avoir suivi !  
Désormais, tu sais pourquoi notre brossage revient sans cesse, matin et soir. Nous avons beaucoup parlé des dents, mais tu te rappelles que la plaque se dépose aussi sur les gencives. Aussi, frotte-la au même titre que tes dents, elle en a aussi besoin. Car à cet endroit les bactéries ne vont pas provoquer de trous, mais entraîner un saignement.

Je t'explique tout ça dans le tome 3 !

Bon brossage !



