

En tant qu'étudiants en pharmacie de l'Université de Montréal, nous vous présentons ce dépliant sur les soins dentaires, réalisé en collaboration avec deux dentistes et l'organisme Partageons l'Espoir. Compte tenu de la place de notre profession au sein des soins de santé de première ligne, nous jugeons important de promouvoir l'égalité en matière de santé à travers l'ensemble de la société.

Ce dépliant a été réalisé dans le but d'informer toute personne désirant en savoir plus sur la couverture des soins dentaires et sur les organismes existants sur l'Île de Montréal afin d'en faciliter l'accès. De plus, tous ceux qui désirent avoir des conseils et de l'information utile sur la santé buccale y trouveront des renseignements intéressants.

Suite à nos recherches sur le sujet, nous avons découvert l'importance d'une bonne santé buccale et la difficulté d'accès aux soins dentaires appropriés dans les milieux moins aisés. Nous avons alors conçu ce dépliant afin de transmettre l'information utile pour faciliter l'accès de ces soins à l'ensemble de la population.

En espérant que ce dépliant satisfait à vos besoins, nous vous invitons à contribuer, avec vos efforts, à votre meilleure santé buccale.

L'équipe des étudiants en pharmacie



LES SOINS DENTAIRES

CONTACT

Partageons l'espoir
625 Rue Fortune
Montreal, Québec H3K 2R9
514-933-5599

<http://www.partageonslespoir.ca/>

TROUVEZ-NOUS

 Partageons l'espoir

 @PartageESPOIR



RÉALISÉ PAR LES ÉTUDIANTS DE LA FACULTÉ DE PHARMACIE DE L'UNIVERSITÉ DE MONTRÉAL:

El-Khoury, Karen
Han, Katrina
Hoffman, Lindsay
Lam, Jessica
Langlois, Hugo
Laverdure, Simon
Martineau-Karakach, Zena
Provost, Nicolas
Wei, Yu Ling
Zerrouki, Karima

EN COLLABORATION AVEC

Tilquin, Emma

RÉVISION

Dr Hanna, Sami.

SITES À CONSULTER

Association dentaire canadienne

http://www.cda-adc.ca/fr/oral_health/cfyt/dental_care/

Guide alimentaire canadien

<http://www.hc-sc.gc.ca/fn-an/food-guide-aliment/index-fra.php>

Guide des soins dentaires à l'intention des proches aidants

http://www.cesbv.ulaval.ca/files/65c85b84ea71610873fa7dc8ab2e7005/brochure_aidant_naturel.pdf

Ordre des dentistes du Québec

<http://www.odq.qc.ca/Publications/Politiquesetdocumentation/tabid/320/language/fr-CA/Default.aspx>

Ordre des hygiénistes dentaires du Québec

<http://www.ohdq.com/nos-publications/documents-%C3%A9ducatifs>

RAMQ

<http://www.ramq.gouv.qc.ca/fr/citoyens/assurance-maladie/soins/Pages/services-dentaires.aspx>

Santé Canada

<http://www.hc-sc.gc.ca/hl-vs/oral-bucco/index-fra.php>

Nous offrons nos sincères remerciements à tous nos collaborateurs et partenaires, sans qui ce projet n'aurait pu se réaliser:

- Emma Tilquin
- Marc Mackarous
- Dr Hanna, Sami.

Plusieurs produits sont disponibles en pharmacie pour les ulcères buccaux et les douleurs. Que pensez-vous des produits Orajel ?

L'Orajel est un anesthésiant topique qui peut masquer la douleur des lésions mineures de la gencive et peut être utilisé pour calmer la douleur du patient avant qu'il ne se rende chez le dentiste qui pourra en déterminer la cause et traiter le patient convenablement.

L'Orajel peut-il être utilisé chez les enfants de jeune âge ?

L'Orajel ne devrait pas être utilisé chez un enfant de moins de 2 ans étant donné qu'il contient de la benzocaïne qui pourrait diminuer le taux d'oxygène chez le nourrisson.

Quelles sont les complications possibles d'un mal de dents qui persiste pendant plusieurs jours ?

Il est important de traiter rapidement les maux de dents qui persistent. Une douleur pulsatile peut caractériser un dommage au nerf qui pourrait nécessiter un traitement de canal ou, si la carie devient trop importante, une extraction dentaire. Une dent non-traitée peut se transformer en un abcès (caractérisé par une enflure). Si non traitée, la bactérie pourrait se propager dans le sang et causer d'autres infections qui pourraient nécessiter une hospitalisation.

Lorsque l'on ressent une douleur aux dents après combien de jours devrions aller consulter un dentiste ?

Si vous ressentez une douleur significative il est important d'aller consulter le dentiste le plus rapidement possible. Un mal de dents n'arrive généralement pas pour rien et ce genre de douleur ne pourra être traité que par un traitement chez le dentiste.

Clinique dentaire communautaire de McGill (association avec «Partageons l'espoir»)

Cette clinique mobile offre des services de soins dentaires gratuitement. La clinique accepte seulement les patients qui ne peuvent pas se payer des soins dentaires (ex: ceux inscrits à la RAMQ depuis moins d'un an). Pendant l'année, la clinique a lieu 12 fois à divers endroits sur le territoire montréalais.

Téléphone: 514-398-5127

Clinique Jim Lund (association avec la faculté de médecine dentaire de l'Université McGill)

Clinique offrant des soins dentaires gratuits. La clinique se situe près du métro Place-St-Henri sur la rue de Courcelle. Les heures d'ouverture sont de 8h30 à 16h30 du lundi au vendredi. Pour pouvoir prendre un rendez-vous, vous devez être recommandé par un organisme qui travaille des sans-abri et des personnes défavorisées.

Téléphone: (514) 523-5288



ORGANISMES ET SERVICES

Clinique étudiante à l'Hôpital de Montréal pour enfants

Clinique qui offre des services de soins dentaires en priorité aux enfants de moins de 12 ans sans couverture par l'assurance maladie (RAMQ). Des réfugiés et des nouveaux arrivants peuvent aussi prendre rendez-vous à cette clinique. La clinique se trouve à l'Hôpital de Montréal pour enfants près de la station Atwater. La clinique est ouverte 2 jours semaine (mardi et mercredi) de septembre à avril et des journées de plus sont offertes durant l'été.

Téléphone: 514-412-4400, poste 23337.

Clinique dentaire d'été pour les personnes handicapées

Cette clinique offre des soins dentaires gratuits pour les enfants de 10 à 17 ans et pour les patients handicapés physiquement ou intellectuellement à partir de l'âge de 10 ans. La clinique prend place durant le mois de juillet.

Téléphone: 514-934-8441
Pour inscription adresser un courriel à:
romantha.descartes@muhc.mcgill.ca

Projet Volte-Face

Le projet Volte-Face offre des soins dentaires spécialisés (soins pour des malformations faciales en particulier) pour les personnes

défavorisées. Considérant que ces chirurgies ne font pas couverte par la RAMQ, cet organisme offre ces interventions gratuite pour les patients sélectionnés. Le projet regroupe plusieurs cliniques dont 2 sont à Montréal.

Téléphone :
514-254-2000 (Sur Jean Talon Est à la hauteur du Boul. Langelier)

514-798-5475 (Sur Beaver Hall près de la station Square-Victoria)
Site internet: <https://www.specialisteschirurgie.ca/volte-face/>

Projet Bouche B

Créé à partir d'une initiative et de la collaboration entre plusieurs organismes, ce projet offre des soins dentaires gratuits aux personnes vulnérables et démunies ayant des besoins urgents. Pour pouvoir bénéficier des services gratuitement, vous devez demander à votre dentiste de soumettre votre dossier à la Fondation Bouche B si vous n'avez pas les moyens financier pour payer les interventions. Les services pouvant être offerts gratuitement sont variés et même parfois plus complexes (ex: soins orthodontiques).

Téléphone de l'organisme pour informations: 514 875-2266

SIGNES ET SYMPTÔMES

PROBLÈMES

Dents sensibles

Souvent causée par une exposition de la dentine (couche sous l'émail de la dent) qui peut être sensible au froid, au sucre, à l'alcool et à l'air. Cette exposition pourrait être, entre-autre, due à une pression trop importante lors du brossage qui pourrait diminuer l'émail.

Mauvaise haleine persistante

Souvent due à une mauvaise hygiène (mauvaise technique de brossage, soie dentaire, etc). Pour améliorer le problème, utiliser une brosse à langue et un rince bouche sans alcool. Un nettoyage chez le dentiste 1 fois par année améliorerait le problème.

Saignement des gencives

Il est normal que les gencives saignent légèrement lorsque vous commencez à utiliser la soie dentaire. Elle est souvent causée par une mauvaise hygiène dentaire. Elle peut être un signe d'inflammation de la gencive: considérer une consultation d'un dentiste pour un nettoyage.

Dent mobile

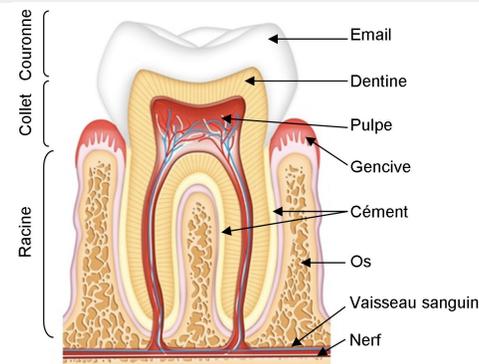
Peut être due à une fracture, une diminution de l'os qui supporte la dent (infection qui doit être traitée), etc.

Lésions buccales ne guérissant pas au bout de 10 à 14 jours

Si ne guérit pas en 10 à 14 jours, consulter le dentiste pour qu'il puisse poser un diagnostic de la lésion.

Bouche fréquemment sèche malgré l'hydratation

Peut être causée par des médicaments, l'âge, le tabac, la caféine, syndrome qui affecte la salive et certaines autres maladies. Bien s'hydrater et consultez votre pharmacien pour la gamme de produits Biotène ou pour plus amples informations (médicaments et cessation tabagique).



PROBLÈMES DENTAIRES

TOUT SIGNE OU SYMPTÔME D'ALARME REQUIÈRE D'ÊTRE ÉVALUÉ ET TRAITÉ PAR UN PROFESSIONNEL. AINSI, IL SERAIT NÉCESSAIRE DE CONSULTER VOTRE DENTISTE SUITE À L'APPARITION D'UN DE CES PROBLÈMES. EN ATTENDANT D'AVOIR UN RENDEZ-VOUS, IL SERAIT POSSIBLE D'UTILISER CERTAINS MÉDICAMENTS EN VENTE LIBRE COMME LE TYLENOL, L'ADVIL, UN RINCE BOUCHE ANTISEPTIQUE AFIN DE DIMINUER LA DOULEUR OU L'INFLAMMATION.

Trucs maisons: Attention, ceux-ci ne remplacent pas l'expertise de votre dentiste.

Les aphtes sont des petites ulcérations rondes qui peuvent se développer sur les gencives, la langue ou l'intérieur des joues. Ils sont souvent douloureux et disparaissent en une à deux semaines. Pour soulager la douleur et accélérer le processus de cicatrisation, il est possible de :

- Diluer 1 cuillère à thé de sel OU du bicarbonate de soude dans un verre d'eau chaude. Rincer la bouche pendant 30 secondes et recracher, 2 à 3 fois par jour. Ne pas avaler le liquide.
- Préparer une pâte en mélangeant l'eau et du bicarbonate de soude. Avec un coton-tige, appliquer une couche mince de cette pâte sur l'aphte et laisser sécher.

Afin de combattre les bactéries qui peuvent être à l'origine de caries, des maladies de gencives et d'autres infections buccales :

- Le fromage est un aliment de choix. Il neutralise l'acidité causée par les aliments sucrés, ce qui créera un environnement moins désirable pour la croissance des bactéries.
- Les gommes et les rinces bouche à base de xylitol sont une bonne option pour prévenir les caries.
- Prioriser la soie dentaire et le brossage des dents et de la langue.

COUVERTURE RAMQ ET FACTURATION



Enfants de moins de 10 ans **Doivent:**

- Montrer leur carte assurance maladie

Services couverts:

- 1 examen par année et radiographie
- Examen urgence
- Anesthésie locale
- Plombages (gris pour dents postérieures et blanc pour antérieures)
- Couronne préfabriquée
- Extraction de dents et de racines
- Services de chirurgie buccale offerts à tous
- Pansements sédatifs

Non couverts:

- Nettoyage, détartrage, scellants, fluorure

Prestataires d'aide financière et personnes à leur charge

Doivent:

- Être couverts depuis minimum 12 mois
- Présenter leur carte d'assurance maladie et leur carnet de réclamation
- S'assurer que le dentiste accepte les cartes d'assurance maladie

Services couverts:

- Même services que les moins de 10 ans.

Exception:

- Traitement de canal et apexification couverts seulement si moins de 13 ans

Aussi couverts:

- Les nettoyage et enseignement chez les plus de 12 ans.
- Application de fluorure si âgé entre 12-15 ans.
- Détartrage si plus de 16 ans.
- Certains services dans certains cas d'urgence

COUVERTURE RAMQ ET FACTURATION

Prestataires d'aide financière depuis minimum 24 mois (prothèses):

Doivent:

- Obtenir une autorisation écrite de leur dentiste

Services couverts:

- 1 prothèse inférieure et supérieure aux 8 ans
- Regarnissage aux 5 ans
- 50% des coûts de remplacement si perte ou bris
- Remplacement prothèse suite à chirurgie
- Ajout de structure
- Réparation

Ensemble des citoyens:

Toute personne qui présente sa carte d'assurance maladie dans un hôpital a accès à certains services buccaux en cas de trauma ou de maladie (drainage abcès, réduction de fracture, ablation de kyste, etc)

Facturation (tous les patients sauf RAMQ)

Les honoraires réclamés peuvent varier selon le cabinet, mais le dentiste doit préalablement informer ses patients des coûts des procédures. La détermination des coûts dépend de la durée de la procédures, de sa complexité et des coûts nécessaires pour la réaliser.

Programme fédéral de santé intérimaire (PFSI)

Avant l'obtention du statut provincial, il est possible que les réfugiés ou les immigrants soient couverts temporairement pour les services dentaires assurés par la RAMQ. Présenter une demande en ligne ou sur papier (une fois remplie, envoyer au centre de citoyenneté et d'immigration par la poste).

Conseils:

- Faire approuver le plan de traitement par vos assurances avant de commencer
- **Pour les patients RAMQ:** Il est nécessaire de présenter une carte d'assurance-maladie valide. Autrement, il faut payer pour les services reçus et faire une demande de remboursement à la Régie le plus rapidement possible

PROBLÈMES DENTAIRES

IL EST IMPORTANT D'AVOIR DE BONNES HABITUDES ALIMENTAIRES POUR AMÉLIORER VOTRE SANTÉ DENTAIRE.

Les aliments qui peuvent aider:

- Aliments anti-caries: yogourt, fromage, noix et graines.
- Fruits citrins et baies: prévenir le saignement des gencives (à cause de la vitamine C)
- Lait et produits laitiers: amènent une source de calcium pour les dents.
- Viande, volaille, poissons, légumineuse et grains entiers: aide contre la mauvaise haleine et les lésions de la bouche

Les aliments à éviter:

- Sucre raffinés (gateaux, bonbons, chocolat) : une des causes des caries et l'inflammation des gencives, nourrit les bactéries.
- Minimisez la quantité de sucre dans votre café, évitez les boissons sucrées comme des boissons énergisantes ou des sodas, achetez des aliments avec moins de 5% de la valeur quotidienne du sucre.
- Il est préférable de manger les sucreries après le repas pour diminuer l'effet sur la santé des dents, puis, de se brosser les dents.

