

Un sourire qui en dit long

À l'annonce du diagnostic d'infection par le VIH, il faut s'occuper de tant de choses, et le rendez-vous chez le dentiste est rarement en tête de liste. Pourtant, c'est à ce moment qu'il est crucial de veiller à sa santé buccale. Vos dents et gencives reflètent votre état de santé général et les personnes vivant avec le VIH (PVVIH) courent un risque élevé de complications buccales.

Susan Fletcher,
chir. dent.

Une grande quantité de bactéries prolifère sur les dents et les gencives. En se brossant les dents, on maintient les bactéries à un niveau tolérable. Les dents, un peu comme la Grande Muraille de Chine, s'alignent côte à côte pour former une barricade. Le tissu gingival qui fait saillie entre les dents contient des vaisseaux sanguins qui transportent les cellules immunitaires vers la surface. La salive produite par les glandes buccales renferme de puissantes substances antibactériennes qui, en contribuant à l'élimination des bactéries et des débris, préviennent les infections.

Des dents et des gencives vulnérables

Comme le virus s'attaque au système immunitaire, la bouche devient plus vulnérable aux infections. Le VIH affecte les glandes salivaires et altère la qualité et la quantité de salive produite. Une diminution de la salive veut dire une protection moindre pour les tissus. La prolifération des bactéries entraîne l'enflure des gencives et atténue la résistance des tissus, ouvrant la voie aux infections. Le virus se fixe aux cellules immunitaires appelées CD4 et les détruit. La perte de ces cellules vitales permet à des infections habituellement bénignes de se développer dans la bouche. On parle alors d'infections opportunistes, en ce sens qu'elles surviennent seulement lorsque les défenses du corps sont affaiblies.

Le virus peut entraîner diverses lésions buccales : la gingivite et la parodontite ulcéronecrotique (infections agressives des gencives); la leucoplasie chevelue (plaques blanches causées par la prolifération d'un virus sur les parois de la langue); le sarcome de Kaposi (apparition de nodules pourpres dans la bouche). La candidose, aussi appelée muguet, touche plus de 95 % des PVVIH. Elle se présente sous forme des plaques blanchâtres ou jaunâtres et se traite au moyen d'antifongiques.

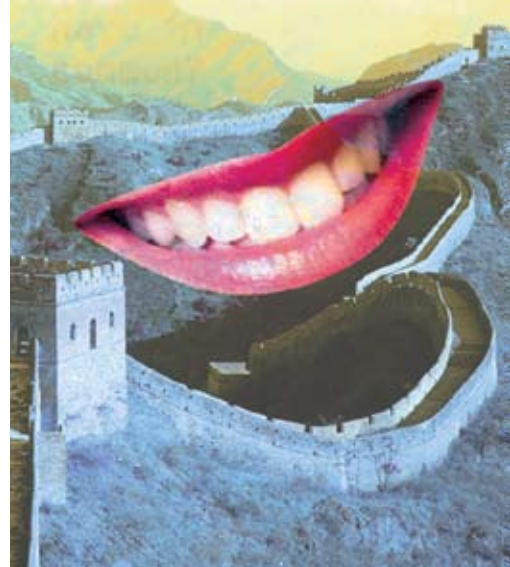
Parfois, une candidose persistante ou d'autres maladies buccales révèlent une faible numération des cellules CD4 et une thérapie antirétrovirale (ARV) sera nécessaire pour rétablir la fonction immunitaire.

Les vertus cachées du dentifrice

Les changements qui s'opèrent en raison de la maladie peuvent causer des problèmes, mais voici 10 conseils pour améliorer votre santé buccale :

- Se brosser les dents deux fois par jour, et toujours avant le coucher, puisqu'il n'y a aucune sécrétion de salive pendant le sommeil.
- Passer un examen dentaire tous les six mois et faire traiter les caries ou maladies des gencives.
- Passer la soie dentaire tous les jours, mais si ce n'est pas possible, examiner d'autres options avec le dentiste.
- Cesser de fumer, car le tabac accroît le risque de maladie des gencives.
- Manger quotidiennement des fruits et des légumes frais.
- Réduire la consommation d'aliments sucrés et de boissons gazeuses.
- Boire beaucoup d'eau.
- Mâcher de la gomme sans sucre pour accroître la production de salive.
- Éviter les rince-bouche ayant une forte teneur en alcool. Plutôt, se rincer la bouche avec une cuillère à soupe de bicarbonate de soude dissous dans de l'eau.
- Encourager son partenaire à adopter la même hygiène buccale, car les bactéries sont transmissibles par les contacts intimes. **R**

Comme la Grande Muraille de Chine... les dents saines préviennent les invasions !



Susan Fletcher est docteure en chirurgie dentaire au Immune Deficiency Treatment Centre du Centre de santé universitaire McGill, à l'Hôpital général de Montréal.