Cabinet du Dr Benjamin Lascar
Dentiste Paris 19ème
5 place des fêtes 75019 PARIS
Tel. : +33 1 42 02 35 58
dr-benjamin-lascar.chirurgiens-dentistes.fr

Salive, chewing-gum et santé bucco-dentaire

Mâcher du chewing-gum sans sucre contribue, à plusieurs titres, au maintien d'une bonne santé bucco-dentaire.

IMPORTANCE DU RÔLE DE LA SALIVE POUR LA BONNE SANTÉ DES DENTS

La salive possède trois composants principaux indispensables à la défense anti-caries :

> L'eau, qui lave l'intérieur de la bouche.

> Le bicarbonate, qui neutralise les attaques acides de la plaque dentaire.

> Des ions de calcium et de phosphate qui contribuent à la reminéralisation de la dent.

> « La salive contient également des agents antibactériens, ce qui en fait un puissant protecteur de la cavité buccale. »

QUE SE PASSE-T-IL DANS NOTRE BOUCHE LORSQUE NOUS MANGEONS ?

Les hydrates de carbone (sucres) que nous consommons sont utilisés par les bactéries de la plaque dentaire située à la surface de nos dents. La dégradation de ces sucres par les bactéries fait baisser le niveau de pH (*) de la cavité buccale, permettant des attaques acides sources de déminéralisation.

(*) Le pH, abréviation de potentiel hydrogène, est un paramètre servant à définir si un milieu est acide (inférieur à 7) ou basique (supérieur à 7)

COMMENT LE CHEWING-GUM (SANS SUCRE) CONTRIBUE-T-IL À PROMOUVOIR LA BONNE SANTÉ BUCCO-DENTAIRE ?

> La mastication du chewing-gum stimule la production de salive.

> De plus, la salive stimulée par la mastication présente une forte concentration en bicarbonate ce qui améliore sa capacité à neutraliser les acides produits.

> Elle est aussi sursaturée en minéraux qui composent la dent, tels que le calcium et le phosphate.

Enfin la salive nettoie la bouche des débris alimentaires, soulage la bouche sèche et son inconfort

ATTENTION :
La mastication du chewing-gum est déconseillée si vous portez un appareil orthodontique ou certains types de prothèse.

À SAVOIR

Lorsqu'il n'est pas possible de se brosser les dents après un repas, notamment à midi, le chewing-gum constitue un complément efficace pour garder une bonne santé bucco-dentaire.

Mâcher un chewing-gum ne remplace en rien une hygiène bucco-dentaire régulière.

Source : Webdentiste