

## Des dents et une bouche saines chez les enfants atteints d'autisme

### Quelques points importants

- La carie dentaire est la maladie chronique la plus fréquente chez les enfants.
- Les bactéries responsables de la carie dentaire peuvent être transmises des parents aux enfants, c'est pourquoi il est important de ne pas partager la nourriture.
- Les enfants ayant des caries sur les dents de lait ont plus de risques d'en avoir sur les dents définitives.
- Les dents de lait sont très importantes pour l'alimentation, la phonation et l'estime de soi.
- Les enfants atteints d'autisme sont susceptibles d'avoir plus de problèmes dentaires du fait de leur hypersensibilité orale, de leur régime alimentaire, de leur difficulté d'accéder aux soins dentaires et de leur difficulté à se brosser les dents.

### Comment éviter les caries précoces de l'enfant

- Ne partagez rien avec votre enfant de ce qui a été au contact de votre bouche comme les cuillères, les aliments ou les bouteilles d'eau.
- Mettez seulement du lait maternisé, du lait maternel ou de l'eau dans le biberon de votre bébé.
- Ne donnez à votre bébé un biberon pour le mettre au lit.
- Ne laissez pas votre enfant déambuler avec un biberon ou une tasse anti-fuite contenant autre chose que de l'eau.
- Brossez les dents de votre enfant dès leur apparition.
- Faites réaliser un bilan bucco-dentaire par un dentiste dès l'âge d'un an.
- Questionnez votre dentiste au sujet du fluor.
- Débutez le fil dentaire dès que deux dents se touchent.

### De l'importance d'arrêter le biberon

Commencez à faire boire à la tasse autour des six mois et remplacez le biberon dès l'âge d'un an. Evitez d'utiliser des biberons ou des tasses à tétine. Quand l'enfant boit avec un biberon, le sucre de la boisson (si ce n'est pas de l'eau) est au contact des dents plus longtemps et peut causer des caries.

### Attention au grignotage

- Il vaut mieux grignoter des légumes et des fruits coupés en morceaux.
- Evitez les aliments collants ou sucrés comme les pâtes de fruits ou les biscuits apéritifs, car ils augmentent le temps que le sucre passe sur les dents et peuvent causer des caries.

### Le contrôle des dents à la recherche de taches

- Soulevez la lèvre de votre enfant et cherchez des taches blanches crayeuses ou brunes. Vérifiez les dents antérieures au maxillaire (dents de devant et du haut), à l'intérieur et à l'extérieur. C'est souvent là que débutent les caries chez l'enfant.
- Si vous voyez des taches, prenez rendez-vous avec votre enfant chez le dentiste.

### **La présentation de nouvelles textures**

Des biscuits apéritifs peuvent être utilisés pour présenter de nouvelles textures. Il faut brosser les dents dès que possible, car ce type d'aliment colle aux dents. Dès que votre enfant accepte des textures croquantes, utilisez des fruits, du fromage ou d'autres grignotages non collants, quand c'est possible.

### **La visite chez le dentiste**

- Trouvez un dentiste si possible qui a de l'expérience avec les enfants à particularités.
- Informez le cabinet dentaire des particularités de votre enfant. Expliquez les sensibilités particulières au toucher ou à la lumière.
- Demandez si le rendez-vous peut être fixé au moment le plus calme de la journée.
- Demandez s'il est possible d'éviter les allers et venues de l'assistant(e) ou de la secrétaire dans la salle de soins pendant le temps de l'examen.
- Avant le rendez-vous, rassemblez les dernières ordonnances, notez les noms des médecins, orthophonistes et autres spécialistes qui suivent votre enfant, donnez à l'avance les renseignements administratifs (adresse, téléphone) à la secrétaire. L'objectif est que le temps du rendez-vous soit entièrement consacré au patient.
- Demandez au dentiste si vous pouvez programmer une visite de découverte avant le premier rendez-vous pour que votre enfant puisse s'habituer au cabinet dentaire et rencontrer l'équipe soignante.
- Procurez-vous une vidéo ou un livre sur la visite chez le dentiste et visionnez-les ou lisez-les plusieurs fois avant avec votre enfant.
- Habituez votre enfant à ce que vous regardiez dans sa bouche avec un miroir de bouche. Il est possible d'en trouver des jetables en pharmacie. Vous pouvez aussi demander à votre dentiste de vous en prêter un.
- Amenez la musique ou le jouet favori de votre enfant.
- Prévoyez un examen dentaire tous les six mois. Les enfants à particularités nécessitent des visites plus fréquentes.
- Interrogez votre dentiste au sujet des scellements de sillons et du fluor.

### **Les sensibilités orales et le brossage des dents**

Les enfants atteints d'autisme peuvent avoir une sensibilité orale qui rend le brossage des dents difficile. Quand cela est le cas, il peut être utile d'essayer les étapes suivantes.

- **Stabilisez la tête de votre enfant.** Asseyez l'enfant sur une chaise haute ou le coin d'un canapé. Cela vous aidera à stabiliser la tête de l'enfant si il a un mouvement d'évitement. Evitez de faire le brossage avec l'enfant se tenant devant le lavabo.
- **Commencez en touchant les lèvres ou juste l'intérieur de la bouche avec la brosse à dents** pendant quelques secondes matin et soir si l'enfant est très

sensible. Encouragez-le après chaque toucher. Au bout d'une semaine, commencez à brosser les dents comme il est écrit plus loin.

- **Divisez le brossage des dents en six petites étapes.** Aussitôt que possible déposez une petite dose de dentifrice, de la taille d'un petit pois sur la brosse à dents. Si votre enfant manifeste du dégoût pour le dentifrice, trempez la brosse dans une solution de rinçage au fluor avant de brosser. Brossez une zone à la fois comme il est indiqué ci-dessous. Puis retirez la brosse de la bouche. Renforcez chaque étape en félicitant votre enfant. Vous pouvez utiliser des bulles ou un autre moyen de renforcement que votre enfant aime. Ignorez tout comportement négatif.
  - 1- Brossez la partie externe des dents du bas au fond (postérieures à la mandibule). Passez la brosse d'avant en arrière à la limite dents-gencive pendant quelque secondes, puis déplacez la brosse jusqu'aux surfaces masticatrices et frottez. Puis brossez l'intérieur des dents. Essayez de chanter une comptine pendant le brossage. Vous ne pourrez peut être pas chanter toute la chanson au début.
  - 2- Brossez les dents du bas de devant (antérieures de la mandibule) à l'extérieur et à l'intérieur de la même manière pendant que vous chantez.
  - 3- Brossez les dents du bas et du fond (postérieures à la mandibule) de l'autre côté.
  - 4- Brossez les dents du haut et du fond (postérieures au maxillaire) d'un côté.
  - 5- Brossez les dents du haut et devant (antérieures au maxillaire) à l'extérieur et à l'intérieur.
  - 6- Brossez les dents du haut et du fond (postérieures au maxillaire) de l'autre côté
- **Brossez matin et soir même si cela ne dure que quelques secondes.** Peu de brossage est préférable à aucun. N'abandonnez pas. Une fois que la routine sera établie, le brossage deviendra plus facile.
- **Essayez une brosse à dents à deux têtes pour réduire le temps de brossage.** Des brosses à dents spéciales peuvent brosser la partie interne et externe des dents en même temps. Pour les utiliser, pressez la brosse sur la surface masticatoire des dents pour que les poils de la brosse atteignent les gencives et les côtés de la dent. Passez la brosse à dent d'avant en arrière. Brossez ainsi dans les six aires décrites plus haut.
- **Les scénarios sociaux peuvent aider.** Prenez des photos de vous et de votre enfant avant, pendant et après le brossage (en souriant) et assemblez ces photos ensemble avec une histoire courte sur le brossage. Lisez l'histoire chaque jour. Un scénario peut aussi être fabriqué pour préparer la visite de votre enfant chez le dentiste.
- **Faites du brossage des dents une routine.** Si vous utilisez un emploi du temps avec des images, intégrez celle du brossage des dents comme faisant partie de la routine du matin, du midi et du soir.
- **Supervisez le brossage des dents des enfants.** Une bonne règle est de brosser les dents de votre enfant jusqu'à ce qu'il soit en âge d'être capable de faire ses lacets. Certains enfants à particularités nécessiteront toujours une assistance partielle ou totale.
- **Dès que deux dents se touchent et que votre enfant accepte le brossage, débutez le fil dentaire.** Utilisez la même approche étape par étape. Essayez les porte-fils disponibles en pharmacie ou parapharmacie.