

# CABINET DENTAIRE BORDEAUX CENTRE

Cerec 3D, Laser 3S, MEOPA, GLAMSMILE, soins des dents et des gencives, facette, co

139 cours Victor Hugo - Musée d'Aquitaine - 33000 BORDEAUX - Tél. : 06 71 76 03 38 Mail: emailmondentiste@free.fr

<http://dr-nedjar-carette-guillaume.chirurgiens-dentistes.fr>

À L'ATTENTION PERSONNELLE DE \_\_\_\_\_

FICHE CONSEIL N° **3.06**

Rubrique : Les pathologies bucco-dentaires et leurs soins

*Le bruxisme est  
souvent lié au  
stress*

*Relaxation et  
kinésithérapie  
peuvent parfois  
venir à bout des  
cas rebelles*

## Les grincements de dents : le bruxisme

**Le bruxisme est un problème qui touche environ 5% de la population française. Il se manifeste par un grincement ou un serrement des dents, principalement nocturne.**

### Manifestations

Le bruxisme est surtout nocturne. Au réveil, les personnes qui en souffrent peuvent ressentir une fatigue musculaire au niveau des joues et parfois des douleurs en avant de l'oreille.

Le bruxisme est dû à un déséquilibre au repos entre les muscles qui relèvent la mâchoire et ceux qui l'abaissent. Il peut entraîner divers problèmes : usure et fractures des dents, douleurs musculaires ou articulaires (au niveau de l'articulation de la mâchoire), fractures de prothèses, difficultés à ouvrir la bouche...

### Traitement

On réalise souvent des gouttières de désocclusion ou d'autres dispositifs destinés à protéger les dents des conséquences du bruxisme. Malheureusement, aucun traitement n'est efficace pour traiter ses causes. Dans les cas graves, un traitement à base de relaxants musculaires peut être prescrit de manière transitoire, voire une kinésithérapie dans certaines situations.



### Nos Conseils

- S'il vous arrive, même occasionnellement, de présenter ces symptômes, n'hésitez pas à en parler : nous pourrions alors examiner ensemble comment améliorer la situation pour votre confort.