

RETROUVEZ

un joli sourire

▼ NOS CONSULTANTS



Dr SANDY COHEN
docteur en chirurgie
dentaire



Dr JEAN-BAPTISTE
KERBRAT
orthodontiste



Dr SANDRINE SEBBAN
médecin esthétique



Dr OLIVIER SETBON
orthodontiste

VOUS AVEZ ENVIE D'AVOIR DES DENTS PLUS BLANCHES, BIEN ALIGNÉES OU DES LÈVRES UN PEU MOINS FINES ? ENTRE LES SOLUTIONS EFFICACES ET LES FAUSSES PROMESSES, **VOICI NOS CONSEILS POUR ILLUMINER VOTRE SOURIRE.**

Le sourire est une zone du visage un peu à part. « C'est un élément d'expression et de communication inconscient, comme le toucher », souligne Bernard Andrieu, philosophe du corps. Nous en avons tous fait l'expérience, un joli sourire renvoie aux autres une image agréable et avenante. Bien plus qu'un critère de séduction, c'est aussi un atout social. « En ouvrant la bouche, pour parler, pour manger, pour embrasser, on dévoile l'intérieur de soi. Or, dans la société actuelle, ce qui est apparent doit être lisse,

dit Bernard Andrieu, d'où la norme des dents blanches et bien alignées. Comme on reconstitue des canons de beauté, on reconstitue aujourd'hui des canons dentaires. » Il reste toutefois difficile de définir ce qu'est un beau sourire, car un petit défaut peut le rendre irrésistible quand trop de perfection peut nuire à son charme. Si, toutefois, des dents un peu jaunes ou qui se chevauchent ou des lèvres trop fines vous complexent, dentistes, orthodontistes et médecins proposent des solutions ciblées qui subliment le sourire.

INDISPENSABLE *le détartrage*

Pour un sourire impeccable, c'est le b.a.-ba. Il gomme les taches et les colorations dues au thé, au café, au tabac... et élimine le tartre. S'il n'a pas d'effet blanchissant, ce nettoyage minutieux assure des dents saines, et à la clé, un sourire plus éclatant. À réaliser une à deux fois par an, il est remboursé par la Sécurité sociale, tarifé à 28,92 €.

PROBANT *le blanchiment des dents*

Il existe deux techniques réalisées par le dentiste : l'éclaircissement au fauteuil et le port de gouttières ambulatoires, façonnées sur mesure après une prise d'empreinte.

Le principe : Un produit de blanchiment à base de peroxyde d'hydrogène dosé à 6 % est appliqué sur les dents, et activé sous une lampe UV ou un laser. Une séance suffit pour le traitement au fauteuil. La technique ambulatoire des gouttières est plus contraignante car elles doivent être portées une heure par jour, ou la nuit, pendant 15 jours, en y insérant le produit (à base de peroxyde d'hydrogène le jour, de peroxyde de carbamide la nuit).

Pour qui ? Le blanchiment au fauteuil convient à tous. La technique ambulatoire est plus contraignante : il faut être rigoureux, tant sur la quantité de produit appliquée que sur le temps de pose.

Ça marche ? Oui, ces méthodes permettent d'éclaircir de deux tons en moyenne des dents naturelles. En revanche, elles n'agissent pas sur les dents dévitalisées, ne modifient pas la couleur des couronnes, des résines composites et des bridges. Au fauteuil, les résultats sont visibles en une heure. Ils sont progressifs avec les gouttières. L'éclaircissement est durable, à condition d'oublier le tabac, le café, le vin rouge... ou de se laver les dents juste après. N'abusez pas de ces traitements. Une fois tous les cinq ans suffit pour la technique au fauteuil. Pour les gouttières, vous pouvez entretenir le résultat tous les ans, pendant deux ou trois jours.

Le prix ? Comptez 650 € pour la séance au fauteuil, 450 € pour la technique des gouttières, et 900 € environ les deux combinées.

Ces méthodes permettent d'éclaircir de deux tons en moyenne les dents naturelles.

CONTESTÉ : LES BARS À SOURIRE

Dans un bar à sourire, le principe de l'éclaircissement est le même que chez le dentiste, mais... sans dentiste et les produits, dosés à 0,1 % (60 fois moins que chez le dentiste), ne peuvent pas être efficaces. De plus, l'état des dents n'est pas contrôlé : si vous avez une carie ou une petite fêlure, le produit s'infiltrerait dans la brèche, au risque de rendre le traitement douloureux. Surtout, avant de faire un blanchiment, les dents doivent être nettoyées et détartrées... chez le dentiste !

ELLES RACONTENT

... le blanchiment



Céline, 39 ans

"Un coup d'éclat grâce au blanchiment au fauteuil"

Je voulais redonner un coup de jeune à mon sourire, qui avait un peu changé depuis quelques années. J'ai donc opté il y a un an pour un blanchiment au fauteuil. Il a redonné un coup d'éclat à mes dents, et en une heure seulement. Je suis ravie.



Nathalie, 23 ans

"J'ai gagné plusieurs teintes en une heure"

À force de cigarettes et de café, j'avais les dents jaunes. J'avais honte de sourire. Il y a deux ans, j'ai décidé de faire un blanchiment dentaire. Le résultat est vraiment bluffant. Mon sourire a vraiment changé. J'ai gagné plusieurs teintes en une heure grâce au traitement au fauteuil. Ce n'est ni douloureux, ni désagréable. Depuis, on me dit que j'ai de belles dents.

ONÉREUX *l'orthodontie pour aligner les dents*

Pour avoir des dents bien alignées, de plus en plus d'adultes se tournent vers l'orthodontie. Ils représentent ainsi 47 % des traitements d'orthodontie (AFG *Research sur l'orthodontie pour adultes*, 6 juin 2012). Aujourd'hui, les méthodes proposées visent à être les plus discrètes possibles.

Le principe : réaligner les dents au moyen de bagues blanches (appareils vestibulaires) fixées sur la face externe ou interne des dents (technique linguale), ou de gouttières transparentes amovibles (aligners d'Invisalign), réalisées sur mesure, à porter jour et nuit et qui se changent tous les 15 jours. Ces gouttières sont plus confortables pour la langue, et permettent une excellente hygiène puisqu'on peut les enlever. Idéal pour se brosser les dents ou pour manger, alors que le brossage parfait est difficile avec les bagues. L'orthodontiste propose la technique →

la plus appropriée selon l'état des dents. Par exemple, les gouttières ne sont pas les mieux adaptées si l'on a plusieurs dents en moins.

Pour qui ? Presque tout le monde, même si l'on porte une couronne ou un bridge. Seule contre-indication : quand l'os est trop faible pour supporter le mouvement imposé aux dents. À savoir : si seules les dents du bas ou du haut sont mal alignées, il est fort probable qu'il soit nécessaire de toutes les redresser, car elles s'emboîtent les unes avec les autres. À ce traitement peut s'ajouter une chirurgie des mâchoires lorsqu'il y a un grand décalage entre la mâchoire du haut et celle du bas et qu'il est nécessaire de corriger leur position.

Ça marche ? Oui, mais le traitement dure un à deux ans. Les atouts sont réels, à condition de bien respecter les consignes : voir régulièrement son orthodontiste, faire recoller en urgence une bague si elle vient à se décoller, et, pour les gouttières, les porter 22 heures sur 24. Après la fin du traitement, lorsque les dents sont parfaitement alignées, il est essentiel de les maintenir. Soit avec un fil à garder à vie que l'orthodontiste colle derrière les incisives, soit avec une gouttière, à porter toutes les nuits pendant un an, puis ponctuellement en entretien.

Le prix ? De 3 000 à 5 000 € quand les bagues sont visibles, posées sur la face externe des dents, de 4 000 à 8 000 € sur la face interne. Pour le traitement utilisant les gouttières, prévoir de 4 000 à 6 000 €. Après 16 ans, aucune méthode n'est prise en charge par la Sécurité sociale.

Les injections redonnent un vrai coup de jeune si le résultat est harmonieux et naturel.

UN BEAU SOURIRE *c'est aussi un critère social*

TEMPORAIRE *les injections* pour redessiner les lèvres

Quand les lèvres s'affinent (fréquent avec l'âge), c'est tout le sourire qui s'en trouve modifié. Les injections peuvent redessiner un ourlet et corriger des rides autour de la bouche.

Le principe : des injections d'acide hyaluronique, produit résorbable, redonnent aux lèvres leur volume perdu. Les médecins utilisent désormais des microcanules ou des aiguilles souples à bout rond, peu traumatiques, qui laissent moins de bleus que les aiguilles classiques. Comme cela fait quand même un peu mal, on peut appliquer une crème anesthésiante au moins une heure avant la séance.

Pour qui ? Celles qui sont sûres d'avoir une mâchoire bien alignée, et qui n'ont pas eu auparavant des injections de produit non résorbable (comme le silicone ou le Dermalive, par exemple). Si vous êtes sujette à l'herpès, utilisez un traitement type Zovirax en prévention, car les injections peuvent relancer une poussée d'herpès.

Ça marche ? Oui, le résultat dure six à dix mois, l'acide hyaluronique durant moins longtemps dans la bouche, en raison notamment des mouvements incessants des lèvres. Un vrai coup de jeune si le résultat est harmonieux et naturel.

Le prix ? Comptez de 300 à 400 €. ●

Céline Mollet

ELLES RACONTENT ... l'orthodontie



Stéphanie, 36 ans

"En quatre mois, mes dents se sont redressées"

J'avais des dents du haut très en avant, avec des espaces. Depuis un an, j'ai commencé un traitement d'orthodontie avec une technique linguale. En à peine quatre mois, mes dents se sont redressées. Je me demande pourquoi je ne l'ai pas fait avant. Peut-être en raison du prix. En revanche, j'ai eu quelques blessures à la langue. Aujourd'hui, tout le monde me félicite pour mes dents.



Nathalie, 36 ans

"C'est parfois douloureux, mais toujours supportable"

Mes dents étaient mal alignées. J'ai décidé de me lancer l'an dernier. La seule solution qui s'offrait à moi était les bagues en céramique avec des attaches en métal. C'est parfois douloureux, mais toujours supportable. Côté efficacité, c'est magique, je n'aurais jamais espéré obtenir un tel résultat. Il me reste encore un an de traitement. Le résultat devrait être encore plus étonnant.