

Le microbiote oral

FICHE INFORMATIVE

Le microbiote oral, aussi appelé microbiote buccal, est l'ensemble des micro-organismes qui vivent naturellement dans la bouche : bactéries, champignons, virus et autres microbes. Ils occupent les dents, la langue, les gencives et les muqueuses. Leur présence est normale : beaucoup participent à l'équilibre de la bouche, tandis que certains peuvent contribuer aux maladies lorsque les conditions leur deviennent favorables.



Microbiote	La communauté de micro-organismes présents dans la bouche.
Biofilm et plaque dentaire	Un biofilm est une communauté microbienne organisée sur une surface. La plaque dentaire est un biofilm qui se forme sur les dents.
Équilibre et déséquilibre	Les interactions entre microbes et leur environnement comptent. Un déséquilibre de cet écosystème est appelé dysbiose.

Préserver l'équilibre au quotidien

Brosser doucement avec un dentifrice fluoré adapté, au minimum matin et soir ; ajouter un brossage après le déjeuner ou le goûter lorsque possible. Nettoyer entre les dents et limiter les prises sucrées répétées. La salive aide à protéger la bouche.

Le but n'est pas de stériliser la bouche. Douleur, saignements répétés, mauvaise haleine durable ou sécheresse persistante : demander un avis dentaire. Ne pas modifier seul un médicament. Un symptôme ne suffit pas à identifier un déséquilibre du microbiote.

NIH / NIDCR · L'écosystème microbien de la bouche · NIH / NIDCR · Hygiène orale et plaque dentaire · NIH / NIDCR · Sucres, acidité et carie · NIH / NIDCR · Le rôle protecteur de la salive

Lire la définition complète sur assurmeyer.fr

www.assurmeyer.fr

Prévenir mieux ensemble. Assurer moins cher chacun.
Sourire pour tous !

