

Sensibilité dentaire : comprendre et agir

FICHE PÉDAGOGIQUE



COMPRENDRE

Une gêne au froid peut avoir plusieurs causes. L'exposition de la dentine est une possibilité ; un examen dentaire permet de comprendre ce qui se passe.

Comprendre	Une réaction au froid ne permet pas de conclure seul à une hypersensibilité ni d'exclure une carie.
Agir	Brosse souple, gestes doux et dentifrice fluoré adapté. Prendre rendez-vous si la gêne est nouvelle ou revient.
Transmettre	Expliquer à un proche : protéger ses dents ne consiste pas à frotter plus fort ni à ignorer une douleur.

AGIR ET TRANSMETTRE

Défi en famille : chacun montre sur sa brosse la pression légère qu'il utilise, sans tester une dent douloureuse. Question : une douleur brève est-elle forcément sans importance ? Non. Si un gonflement gêne la respiration ou la déglutition : 15 ou 112 en France.

Ne pas confondre soulager un signal et traiter sa cause. Une sensibilité nouvelle ou répétée se discute avec le dentiste, même si elle dure peu à chaque fois.

Sources publiques : [Health Research Authority](#) · [Comprendre l'hypersensibilité dentinaire \(anglais\)](#) · [NHS](#) · [Douleur dentaire et signes d'alerte \(anglais\)](#) · [GOV.UK](#) · [Usure dentaire et prévention \(anglais\)](#)

[Lire la définition complète et ses autres sources](#) · Cette fiche ne remplace pas un avis médical ou dentaire.

www.assurmeyer.fr

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

