

Bébé

Les percées dentaires

Par Céline Arsenault

La percée dentaire peut être banale chez certains bébés et très difficile pour d'autres. On ne peut prévoir comment réagira notre bébé lorsque les dents apparaîtront. On reconnaît qu'il y a souvent des signes précurseurs à la percée dentaire. L'enfant peut être maussade, plus chigneux ou encore refuser la nourriture solide, car ses gencives sont sensibles. Il peut faire une diarrhée, ce qui irrite les fesses. Sa température peut s'élever légèrement. On peut même voir apparaître un écoulement nasal clair. Il pourra aussi développer une conjonctivite lorsqu'il percera une canine (d'où le nom de « dent de l'oeil »). Et d'autres enfants développeront de la toux ou des broncho-spasmes pendant la percée dentaire!

Les premières dents apparaissent vers cinq ou six mois. Les dents devraient percer dans un certain ordre mais il arrive que notre enfant fasse des exceptions. Consultez un dentiste si certaines dents n'apparaissent pas après cette période de percées dentaires. Voici la séquence habituelle d'apparition des dents de lait :

- 6 mois : incisives centrales inférieures
- 8 mois : incisives centrales supérieures
- 10 mois : incisives latérales supérieures
- 12 mois : incisives latérales inférieures
- **1 an : 8 dents environ**
- 12 à 18 mois : premières molaires inférieures et supérieures
- 16 à 24 mois : canines inférieures et supérieures
- **2 ans: 16 dents environ**
- 24 à 30 mois : deuxièmes molaires inférieures et supérieures
- **3 ans : 20 dents environ**

Il existe plusieurs moyens pour aider notre bébé à bien vivre cette période de percées dentaires.

À vous de choisir!

- En prévention, les Amérindiens nous ont légué un collier de dentition fait à partir de bois d'aulne, de sureau ou de noisetier. Ils sont disponibles dans les pharmacies et dans certains magasins d'alimentation naturelle. Ces colliers sont très jolis et peu dispendieux. Ils sont généralement efficaces pour diminuer l'acidité et la douleur chez le bébé pendant la percée dentaire. C'est un collier qui se porte dès l'âge de quatre mois. Il doit être bien ajusté (ni trop long ni trop court). Il est à noter que c'est une décision

personnelle que le parent choisi de prendre ou non car les colliers (incluant tous les bijoux) ne sont pas recommandés avant l'âge de trois ans chez les enfants.

- Offrez à votre bébé des jouets qu'il peut mâchonner sans danger pour sa santé. Choisissez des jouets de plastique sans *Bisphénol A* (BPA).
- Les biscuits de dentition, même naturels, ne sont d'aucune utilité. Ils apportent des sucres que le bébé n'a pas besoin.
- On peut masser les gencives avec une goutte de gel d'aloès (buvable) ou encore avec une goutte de teinture-mère d'échinacée.
- Le suppositoire *Viburcol* de la compagnie Heel sera très utile au coucher pour aider à passer une meilleure nuit.
- Toutes les compagnies de produits homéopathiques ont des complexes pour soulager les douleurs de la percée dentaire. Répétez la prise aux 30 minutes jusqu'au soulagement des symptômes. Après trois doses le remède devrait avoir agité si ce n'est pas le cas, vous n'avez pas le bon remède. Chaque compagnie a sa recette particulière et certains types de douleur répondront bien avec un produit plutôt qu'un autre.
- Les sels biochimiques sont aussi utiles pour les troubles de la percée dentaire. Le sel biochimique no 1, *Calcarea fluorica*, agira pour les dentitions fragiles et les tendances aux gingivites tandis que le sel no 2 *Calcarea phosphorica* sera indiqué pour les dentitions tardives. Donnez à votre enfant un comprimé deux fois par jour du sel qui lui convient. Mettez-le entre sa lèvre et sa gencive s'il fond bien (goûtez-y vous-même) ou faites fondre le comprimé dans un peu d'eau tiède.

Pour terminer, l'hygiène de la bouche du bébé a aussi son importance. À partir de l'âge de six mois, il est bon de nettoyer les gencives de votre bébé à l'aide d'une débarbouillette mince. Enveloppez votre doigt avec la débarbouillette et frottez les gencives du bébé. Cette friction vous permettra de déloger les bactéries tout en stimulant la gencive. Vers l'âge de 15 à 18 mois, la brosse à dent pour bébé sera utilisée. À cet âge, l'hygiène buccale peut se faire qu'une seule fois par jour idéalement au plus tard après le repas de fin de journée. Éviter de brosser les dents au coucher, car ce brossage est stimulant pour l'enfant.