Brosses à dents soniques: un groupe d'experts définit un label de qualité

Les brosses à dents soniques sont-elles la méthode la plus efficace pour se brosser les dents? Une taskforce intitulée «Schall-Hydrodynamik» (hydrodynamique sonique) est de cet avis et prévoit l'instauration d'un label de qualité attestant l'efficacité et la qualité de ces nouveaux appareils.

Felix Adank, Service de presse et d'information de la SSO (photos: màd)

Les brosses à dents soniques sont-elles meilleures pour l'hygiène buccodentaire quotidienne que les appareils et moyens auxiliaires découverts jusqu'à présent? Un groupe d'experts réunit les professeurs Thomas N. Imfeld et Ulrich P. Saxer ainsi que les Dres. méd. dent. Hubertus van Waes et Claudia M. Saxer. A cette question, ils répondent par l'affirmative, mais pas pour n'importe quel appareil. C'est pourquoi le groupe envisage l'introduction d'un label de qualité, afin que l'acheteur sache quelles sont les brosses à dent soniques qui travaillent véritablement dans le domaine de l'hydrodynamique et pour qu'il puisse identifier celles qui répondent à des normes reconnues. Pour le professeur Thomas Imfeld les brosses à dents soniques seraient surdouées et garantiraient un excellent nettoyage mécanique, l'enlèvement hydrodynamique partiel du biofilm, la suppression de la résistance du biofilm aux agents chimiques de prévention ainsi que le transport optimal vers leur cible des substances assurant la prévention chimique, le tout sans provoquer de lésion des gencives.
Les brosses à dents soniques modernes font osciller les brossettes à la fréquence approximative de 30000 allers et retours à la minute, ce qui suffit pour détruire et enlever au moins partiellement le biofilm, y compris dans les endroits inaccessibles de la surface des dents (espaces interdentaires notamment). Elles exercent aussi un effet de prévention: les acides cariogènes ne peuvent se former pendant les douze à vingt-quatre heures qui suivent leur emploi. De ce fait, l'apparition de germes pathogènes est réduite à un très faible niveau.
Ceci a aussi des conséquences sur l'état de santé général, comme nous l'explique le professeur Ulrich Saxer: «La probabilité d'une parodontite diminue dans une cavité buccale bien soignée, et avec elle le risque de maladies cardiovasculaires et de pneumonies.»
Pour Dr Hubertus van Waes du service de santé scolaire de la ville de Zurich, la brosse à dents sonique pour les enfants dès quatre ans et pour les adolescents, récemment mise au point, est une composante essentielle de la prévention de la carie: «Etant donné que ces brosses n'exigent aucune technique de brossage sophistiquée, même les enfants sont capables de se nettoyer très bien les dents.» C'est pourquoi il recommande aux parents l'utilisation de ces appareils hydrodynamiques. La toute dernière génération de brosses à dents soniques pour enfants est non seulement avantageuse, d'emploi aisé et attrayante, mais elle favorise également leur motivation grâce à la minuterie intégrée et la diffusion de musique. Un modèle particulièrement astucieux: celui qui prolonge la durée prescrite de brossage à chaque utilisation, et qui représente une jolie astuce didactique! Les brosses à dents à trois têtes, recommandées par les cliniques dentaires scolaires (elles brossent simultanément les surfaces de mastication ainsi que les surfaces intérieures et extérieures des dents), existent aussi pour les brosses à dents soniques destinées aux enfants (Panasonic EW-DL40). C'est un atout de plus dont il y a lieu de tenir compte.

Les brosses à dents soniques modernes font osciller les brossettes à la fréquence approximative de 30000 allers et retours à la minute.

Introduction prévue d'un label de qualité

Depuis le lancement des premières brosses à dents soniques, des imitations dépourvues d'effet hydrodynamique n'ont pas tardé à faire leur apparition sur le marché. C'est pour protéger la clientèle contre des appareils dépourvus d'efficacité que le groupe d'experts «Schall-Hydrodynamik» prévoit l'introduction d'un label de qualité attestant l'efficience de ces brosses à dents dernier cri. Les produits examinés doivent subir avec succès un test de qualité, afin que les clientes et les clients puissent s'en remettre à un label indépendant des fabricants. «La transparence doit être évidente pour les acheteurs», assure le professeur Saxer. Il précise que le chemin qui mène à un label de qualité est «à la fois long et semé d'embûches»: «Nous devons élaborer un test en collaboration avec l'EPF de Zurich. Celle-ci conduit des recherches depuis 1950 dans le domaine des effets exercés sur le biofilm.»
Quels seraient les modèles recommandés à ce jour? Les membres du groupe d'experts s'expriment clairement: les seuls modèles à offrir un effet hydrodynamique réel sont les brosses à dents soniques Philips Sonicare, Waterpik Sensonic, Braun Sonic Complete et Panasonic EW-DL40.

Pour de plus amples informations: www.richtigzaehneputzen.ch

Nettoyage dentaire avec les brosses à dents soniques

Les brosses à dents soniques conviennent pour l'élimination des résidus d'aliments, de la plaque dentaire et des colorations. Malgré leur technique de pointe toute récente, la qualité du nettoyage dépend de leur emploi correct. Cette introduction contribue à leur utilisation optimale. Les seules brosses à dents soniques qui ont une action hydrodynamique sont les modèles Philips Sonicare, Waterpik Sensonic, Braun Sonic Complete, Panasonic EW-DL40 à trois têtes.

Professeur T. Imfeld (ZZMK), Professeur U.P. Saxer (PZZ), novembre 2009

1. Les brosses à dents soniques à action hydrodynamique ouvrent une toute nouvelle dimension dans la prévention. Leur action est à la fois mécanique et hydrodynamique. Cette dernière signifie que la plaque bactérienne pathogène est enlevée par les turbulences engendrées, également dans certaines zones que les brosses ne peuvent pas atteindre mécaniquement, par exemple des espaces interdentaires, des poches d'une parodontite à ses débuts ou d'une péri-implantite. Les enfants aussi apprécient le caractère ludique du brossage des dents, même s'ils portent des appareils orthodontiques.

2. Les brosses à dents soniques sont tout particulièrement indiquées pour les patients ayant des caries interdentaires, des lésions du parodonte (collets apparents), des défauts cunéiformes ou des lésions de gencives. Il faut nettoyer tous les côtés des dents dans un ordre systématique, de l'arrière à l'avant.

3. Il faut veiller à ce que le fond et le col de la tête de brossage ne touchent pas les dents. La brosse est actionnée avec la bouche presque fermée, sans mouvement particulier. On exécutera de petits mouvements de balayage vers l'avant (fig. 1) et vers l'arrière (fig. 2), pour approcher au mieux la brosse des espaces interdentaires. Soulever légèrement la brosse après environ cinq secondes d'action sur chaque dent et avancer jusqu'à la dent suivante. De la sorte, toutes les dents seront nettoyées systématiquement, d'abord à l'intérieur, puis à l'extérieur.

4. Pour nettoyer la face interne des dents antérieures, placer la brosse en position verticale et la tourner à gauche, puis à droite, avant de passer à la dent suivante (fig. 3). Il importe particulièrement ici de n'appliquer qu'une pression très modérée pour assurer un nettoyage qui sera d'autant plus efficace.

5. Brosse à trois têtes Panasonic EW-DL40: cette brosse à dents sonique s'accompagne, dans son emballage, de brossettes en caoutchouc ou de la brosse normale à touffes de poils amortis qui ne sont pas aussi efficaces. En effet, leur action hydrodynamique est abolie en raison de l'amortissement des touffes de poils. Mais si l'on utilise la brosse à trois têtes, on obtient un nettoyage notablement amélioré.

6. La brosse à une seule touffe de poils Waterpik a été spécialement conçue pour les espaces interdentaires. Elle permet d'enlever le biofilm (plaque) interdentaire. Les pointes, à un angle de 30 à 45 degrés par rapport à la gencive, pénètrent entre deux dents. Enclencher la brosse à l'aide de la poignée puis suivre les espaces interdentaires doucement le long du liseré de la gencive. Ce type de nettoyage est particulièrement efficace pour la face interne du maxillaire inférieur.

7. Les enfants peuvent utiliser une brosse à dents sonique dès l'âge de quatre ans. Avec la brosse à dents sonique «Kid» pour enfants (fig. 4), on a observé qu'ils se brossent non seulement plus longtemps, mais que le nettoyage est de 30 à 50% de meilleure qualité qu'avec un brossage manuel ou à l'aide d'une brosse à dents électrique. Une tonalité d'avertissement retentit lorsque le quart du temps de nettoyage est passé. Une mélodie signale la fin. Pendant les 90 premières utilisations, le temps de nettoyage imparti se prolonge chaque fois de quelques secondes. Durée du nettoyage: de deux à quatre minutes environ.

8. Le biofilm (plaque) n'est pas complètement enlevé là ou «seulement» l'hydrodynamique nettoie. Il en reste quelquefois une mince pellicule, qui n'est cependant pas pathogène et que l'on peut révéler à l'aide d'un colorant.

Fig. 1 Brosse Waterpik

Fig. 2 Brosse Philips Sonicare

Fig. 3 Pour nettoyer la face interne des dents antérieures, placer la brosse en position verticale.

Fig. 4 Brosse à dents sonique «Kid» pour enfants