

# Blanchiment des dents

## Qu'est-ce que le blanchiment des dents ?

Le blanchiment des dents est un traitement qui consiste à appliquer un gel à base de peroxyde sur les dents afin de faire disparaître une coloration indésirable. Il existe plusieurs étiologies à la coloration des dents vivantes. Tout d'abord, les dents peuvent être recouvertes superficiellement d'une accumulation de plaque dentaire et/ou de tartre. Ces dépôts se colorent lors d'une consommation fréquente de café, de thé, de vin rouge, ou par l'usage des produits du tabac. Un simple traitement des dents (nettoyage et polissage) exécuté par l'hygiéniste dentaire suffit à éliminer ces taches dites superficielles. Il arrive cependant que la coloration soit logée dans l'émail et dans la dentine des dents. Le vieillissement naturel, l'alimentation, la consommation des produits du tabac, la prise de certains médicaments de la famille des tétracyclines, la prise de fluor en trop grande quantité en bas âge et la carie sont autant de causes possibles pour expliquer ces colorations qui se logent à l'intérieur de la dent. Pour éliminer ce genre de coloration, le blanchiment des dents est un traitement tout à fait indiqué. Cependant, il est important de noter que certaines colorations réagissent mieux au traitement de blanchiment que d'autres, d'où l'importance de l'examen dentaire et du diagnostic fait par le dentiste.



## Quelles sont les différentes façons de blanchir les dents ?

Il existe différentes façons de blanchir les dents :

- 1) Blanchiment des dents à la maison à l'aide de gouttières bien adaptées.
- 2) Blanchiment des dents à la chaise du dentiste.
- 3) Utilisation de produits de blanchiment en vente libre.

Vous pouvez discuter avec votre dentiste des différentes façons de blanchir vos dents ainsi que de l'efficacité, des risques, des avantages et des coûts de chacune des techniques. La technique qui sera décrite dans le présent feuillet est celle du blanchiment des dents à la maison sous la supervision d'un dentiste.



## Quelles sont les étapes du blanchiment des dents à la maison ?

Votre dentiste doit d'abord nettoyer vos dents et procéder à un examen complet afin de s'assurer que vous n'avez pas de caries ni de restaurations défectueuses. Puis, il déterminera la cause de la coloration de vos dents, étape cruciale puisque la durée et le coût du traitement de blanchiment varient selon le type et l'intensité de la coloration. Il prendra ensuite une empreinte de vos dents et un modèle de pierre sera fabriqué. Par un processus de succion, une feuille de plastique ramollissant à la chaleur viendra épouser la forme de vos dents sur le modèle, ce qui permettra de fabriquer une gouttière en plastique qui s'adaptera parfaitement à vos dents. C'est dans cette gouttière que vous déposerez une petite quantité de gel à base de peroxyde. Il vous suffira de porter la gouttière durant le jour ou la nuit, selon votre préférence et votre horaire. La durée moyenne du traitement est de deux à six semaines. Cependant, les dents colorées à la nicotine ou aux médicaments comme la tétracycline peuvent nécessiter un traitement de deux à six mois.

## Combien de temps les dents demeurent-elles blanches après un traitement ?

Cela varie beaucoup d'un patient à l'autre et selon les habitudes de chacun. Chez la plupart des gens, l'effet demeure pour une période d'une à trois années. Chez certains, les dents vont demeurer blanches pendant plusieurs années sans qu'il soit nécessaire de refaire un traitement de blanchiment de quelques jours.

## Quels sont les risques associés au blanchiment des dents à la maison ?

Les effets secondaires possibles du blanchiment des dents à la maison sont les suivants.

- a) Hypersensibilité des dents. Deux patients sur trois développent une sensibilité des dents durant le traitement. Cette sensibilité est habituellement transitoire et disparaît lors de l'arrêt du traitement. Si cette sensibilité au froid, au chaud ou à la respiration survient en cours de traitement, arrêtez le traitement et consultez votre dentiste. Ce dernier pourra vous prescrire du fluor neutre ou une pâte dentifrice désensibilisante que vous pourrez placer dans votre gouttière durant 30 minutes pendant quelques jours afin d'éliminer la sensibilité. Votre dentiste vous expliquera les procédures à suivre pour la suite du traitement de blanchiment.
- b) Irritation des gencives. Une sensibilité aux gencives peut être le résultat d'une gouttière mal adaptée aux rebords rugueux qui irrite vos gencives ou les tissus mous (joues, muqueuses buccales) avoisinants. Il se peut également que vous placiez trop de gel à l'intérieur de la gouttière et que le débordement du produit irrite votre gencive au point de provoquer de petits ulcères. Dans l'un ou l'autre des cas, il faut arrêter immédiatement le traitement et consulter votre dentiste.
- c) Irritation de la gorge. Il se peut qu'une trop grande quantité de gel cause un débordement du produit lorsque la gouttière est insérée en bouche. Si, plutôt que de cracher le surplus du produit dans un lavabo, vous l'avalez par inadvertance, une irritation de la gorge peut survenir. Cette irritation sera de courte durée, si bien sûr vous avez tenu compte du fait qu'il faut cracher et non avaler les excès de gel.
- d) Inconfort au niveau de l'articulation. Il se peut que vous ressentiez un inconfort au niveau de l'articulation de la mâchoire. Cette sensation survient probablement au moment où vous portez la gouttière de plastique pendant votre traitement, car vos dents ne ferment plus exactement ensemble à cause de l'épaisseur de la gouttière. Si vous avez des inquiétudes, consultez votre dentiste.

### Les contre-indications au traitement de blanchiment

- 1) Femme enceinte ou qui allaite.
- 2) Personne qui porte des broches.

Veillez noter que dans le cas des patients ayant un système immunitaire affaibli par une maladie grave, une décision conjointe avec le dentiste est primordiale afin de déterminer la pertinence d'entreprendre le traitement de blanchiment ou de le reporter à une période ultérieure. À ceux ayant des brûlures d'estomac chroniques ou ayant des problèmes importants au niveau de l'articulation temporo-mandibulaire (ATM), le dentiste indiquera la fréquence et la durée du traitement ainsi que le moment le plus adéquat dans la journée pour le faire. Ceux qui font du bruxisme devraient porter la gouttière durant le jour afin d'éviter l'usure prématurée de celle-ci.

### Les recommandations d'usage à respecter

- 1) Bien se brosser les dents et passer la soie dentaire avant de procéder au traitement.
- 2) Ne pas fumer lors de l'utilisation du produit de blanchiment.
- 3) Ne pas manger ni boire pendant le traitement de blanchiment.
- 4) Garder le produit de blanchiment loin de la chaleur.
- 5) Les seringues qui ne sont pas utilisées peuvent être placées au réfrigérateur.
- 6) Commencer le traitement sur une seule arcade à l'aide d'une gouttière. Au rendez-vous de contrôle, s'il n'y a pas de problème, le dentiste vous indiquera s'il est possible de poursuivre en utilisant les deux gouttières à la fois.

Il est important que le blanchiment des dents se fasse sous la supervision de votre dentiste. C'est en faisant un examen dentaire et en posant des questions d'ordre général et médical que le dentiste parvient à diagnostiquer la cause de la coloration et à estimer la durée du traitement, son coût total et ses chances de succès. Quant au résultat final, il demeure difficile à prédire et aucune garantie ne peut être donnée. Cependant, la plupart des patients remarquent une amélioration de une à quatre semaines après le début du traitement.



### Le consentement éclairé

Votre pronostic est: Bon  Moyen  Défavorable

Le consentement éclairé est le résultat d'une discussion entre le patient et le dentiste. Le présent document est remis à titre informatif et pourra être complété ou nuancé lors des échanges avec votre dentiste. Certains dentistes pourront donner des explications satisfaisantes sans remettre ce document au patient.

### Explications

---

---

---

### Consentement éclairé au blanchiment des dents à la maison

J'ai bien compris la nature et les limites du traitement de blanchiment des dents à la maison à l'aide d'une gouttière et d'un gel à base de peroxyde. Je comprends que les restaurations présentes en composite, les couronnes et les facettes de porcelaine ne changeront pas de couleur, donc qu'après ce traitement, elles devront probablement être refaites. De plus, un délai de deux semaines suivant le blanchiment devra être respecté avant de pouvoir remplacer ces restaurations ou procéder à des restaurations esthétiques sur les dents antérieures. Je comprends que je dois me présenter aux rendez-vous de contrôle et que je dois suivre les instructions qui m'ont été données. Par ailleurs, je comprends que même si au départ le pronostic semble bon, il est toujours possible que survienne une des complications mentionnées précédemment, ce qui m'obligerait à ralentir le traitement ou à y mettre fin.

J'ai discuté de tout ce qui précède avec mon dentiste, il a répondu à toutes mes questions et je témoigne de mon consentement éclairé au traitement.

Signature du patient

Date

Signature du dentiste

Date