

SANTÉ ORALE ET SYNDROME DE LA BOUCHE SÈCHE

1

EN BREF



Xérostomie = syndrome de la bouche sèche due aux variations quantitatives de la salive (hyposialie) ou qualitatives (viscosité).

Rôle de la salive :

- Lubrifier et protéger des tissus oraux ;
- Pouvoir tampon ;
- Digérer et déguster ;
- Former du bol alimentaire et déglutir ;
- Auto-nettoyer avec le flux salivaire
- Favoriser l'activité antibactérienne et antifongique → permettre de reminéraliser les tissus.

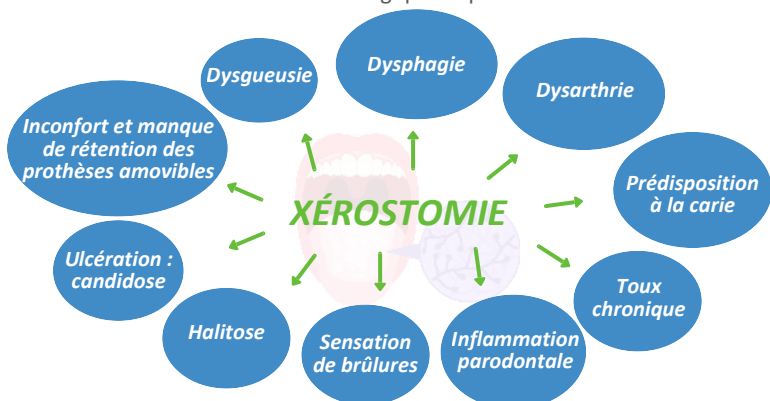


Schéma des conséquences de la xérostomie

Étiologie de la xérostomie :

- >>> **Le vieillissement** : avec l'âge les glandes salivaires fabriquent moins de salive (la sensation de bouche sèche peut s'accroître) ;
- >>> **La déshydratation** : la sécheresse buccale s'accompagne de lèvres sèches et fendillées avec sensation de soif. Elles cèdent lors de la correction du manque d'eau dans l'organisme ;
- >>> **La prise de médicaments** : antisthaminiques, anxiolytiques, antidépresseurs et neuroleptiques, diurétiques, certains antalgiques et antispasmodiques, médicaments antiparkinsoniens, anticholinergiques, antihypertenseurs, substances anticancéreuses utilisées en chimiothérapie ;
- >>> **Autre traitement** : radiothérapie tête/ cou ; ablation chirurgicale glande(s) salivaire(s) ;
- >>> **Certaines maladies chroniques** : maladie auto-immune comme le syndrome de Gougerot-Sjögren (responsable de la sécheresse des yeux, de la bouche et des muqueuses génitales) associée ou non à d'autres maladies auto-immunes (polyarthrite rhumatoïde, lupus érythémateux disséminé, etc.), le Sida, le diabète, les maladies rénales chroniques, Alzheimer (oubli de boire).

SANTÉ ORALE ET SYNDROME DE LA BOUCHE SÈCHE



PRISE EN CHARGE



- **Mesures hygiéno-diététiques :**
 - >>> Cf. fiche annexe : « Les reflexes à adopter ».
- **Traitement médical :**
 - >>> Prescription d'adjuvants (substituts salivaires) ;
 - >>> Baume hydratant pour les lèvres ;
 - >>> Sialogogue (pilocarpine et cévimeline) ;
 - >>> Prise en charge des maladies associées.
- **Soins spécifiques :**
 - >>> Brossage après chaque repas ;
 - >>> Bain de bouche fluoré sans alcool ;
 - >>> Vigilance particulière sur l'état bucco-dentaire ;
 - >>> Application de fluor topique.



PREVENTION



- Sensibiliser à l'importance de l'hydratation et d'une bonne hygiène ;
- Conseiller sur les pratiques favorisant la production de salive ;
- Anticiper les complications : prévention des candidoses par des bains de bouche au bicarbonate de sodium (14/1000) ;
- Prise en charge précoce afin de limiter les complications et améliorer la qualité de vie des patients.



Innovations :

- Stimulation mécanique ou électrique des glandes salivaires ;
- Régénération par thérapie cellulaire.



SANTÉ ORALE ET SYNDROME DE LA BOUCHE SÈCHE

ANNEXE POUR PATIENT : LES REFLEXES A ADOPTER

En cas de manque de salive et de sécheresse de la bouche, prenez en premier lieu des mesures par vous-même (ex : humidification de la bouche, adaptation de l'alimentation, bonne hygiène bucco-dentaire).

MODIFIER SON MODE DE VIE AU QUOTIDIEN

- ☐ Eviter de fumer
- ☐ Placer un humidificateur dans la chambre
- ☐ Lire la notice des effets secondaires des médicaments que vous prenez : si l'un d'entre eux peut engendrer un risque de sécheresse buccale, discutez en avec votre médecin, sans interrompre de vous-même le traitement



MODIFIER SES HABITUDES ALIMENTAIRES

En dehors des repas :

- ☐ Boire régulièrement de l'eau, en petite quantité
- ☐ Rincer sa bouche à plusieurs reprises (en particulier avant de manger) et l'humidifier avec un brumisateur
- ☐ Garder une bouteille d'eau à portée de main pendant la nuit
- ☐ Eviter les jus et liquides sucrés ou acides qui favorisent les caries dentaires
- ☐ Sucrer des morceaux de glace



Au moment des repas :

- ☐ Prendre le temps de mastiquer longuement
- ☐ Limier la consommation de plat épicé / très salé, de café, thé ou alcool

SOIGNER SON HYGIENE BUCCODENTAIRE

Ce présent document est fourni uniquement à titre informatif et ne saurait engager la responsabilité de l'URPS CD ARA