

# Le grincement des dents



## le bruxisme



**Le bruxisme** est un problème qui touche environ 5% de la population française. Il se manifeste par un grincement ou un serrement des dents, principalement nocturne.

## 1/ Manifestations

**Le bruxisme est surtout nocturne.** Au réveil, les personnes qui en souffrent peuvent ressentir une fatigue musculaire au niveau des joues et parfois des douleurs en avant de l'oreille.

**Le bruxisme est dû à un déséquilibre** au repos entre les muscles qui relèvent la mâchoire et ceux qui l'abaissent.

**Il peut entraîner divers problèmes :** usure et fractures des dents, douleurs musculaires ou articulaires (au niveau de l'articulation de la mâchoire), fractures de prothèses, difficultés à ouvrir la bouche... Il peut également en dehors de tous troubles fonctionnel être d'origine central ( psychologique) .

## 2/ Traitement

**On réalise souvent des gouttières de désocclusion** ou d'autres dispositifs destinés à protéger les dents des conséquences du bruxisme.

**Si le bruxisme est d'origine fonctionnelle** il sera assez simple de le traiter, malheureusement, aucun traitement n'est efficace pour traiter ses causes psychologiques.

**Dans les cas graves,** un traitement à base de relaxants musculaires peut être prescrit de manière transitoire, voire une kinésithérapie dans certaines situations.

## Nos conseils

**S'il vous arrive, même occasionnellement, de présenter ces symptômes, n'hésitez pas à en parler :**

nous pourrons alors examiner ensemble comment améliorer la situation pour votre confort.