

SOLUTIONS CONTRE LA PEUR DU DENTISTE

Comment surmonter la peur du dentiste ? Anesthésie générale, suivi des soins sur écran... Quelles sont les solutions proposées par les dentistes ? La bonne santé des dents passe-t-elle forcément par des soins douloureux ? Comment prévenir la stomatophobie ?

Par La rédaction d'Allodocteurs.fr - Rédigé le 18/05/2009

La peur d'avoir mal

L'angoisse de la douleur mais aussi de l'anesthésie, du bruit de la fraise, de l'odeur des produits sont autant de causes de trac, de larmes ou d'évanouissements assez fréquents dans les cabinets dentaires.

Quatre français sur dix s'abstiendraient de consulter alors qu'ils en auraient besoin.

La gencive est un tissu riche en terminaisons nerveuses et en vaisseaux sanguins, c'est pourquoi les douleurs dentaires sont particulièrement intenses. Une autre cause possible des douleurs : la carie.

Sauver les bouches à l'abandon

Quand la phobie du dentiste est tellement importante qu'elle empêche le suivi des soins, la bouche peut se retrouver dans un état qui nécessite de multiples interventions. Ces longs soins peuvent se faire sous anesthésie générale, au bloc opératoire.

Détartrage, extraction de dent, pose de prothèse : tout est fait pour que le patient retrouve le sourire dès le réveil.

Le soin par l'image

La pédagogie par la vidéo est une technique qui permet de détendre les patients stressés par la peur du dentiste.

Des images expliquent étape par étape la progression des soins, que le patient peut suivre à l'aide d'un miroir et d'un écran tactile.

Un gaz qui anesthésie la peur

Pour aider les patients à se détendre lors des soins dentaires, les chirurgiens-dentistes peuvent leur faire respirer un gaz sédatif : le meopa. Il est autorisé dans les cabinets dentaires depuis 2009 et permet aux personnes très stressées de vivre l'acte médical de façon beaucoup plus détendue.

L'hypnose : une méthode douce contre la douleur et la peur

Pour aider le patient anxieux à se relaxer lors du soin dentaire, il existe aussi une méthode douce : l'hypnose. Cela s'adresse aux personnes stressées mais qui ne sont pas phobiques au point de ne pas s'asseoir sur le fauteuil.

Le patient ferme les yeux et se laisse guider par la voix du dentiste qui, en quelque sorte, l'oriente dans un autre univers. L'objectif est d'aider la personne à se détendre pour que le dentiste puisse procéder aux soins en toute quiétude. Bien sûr, cela ne remplace pas l'anesthésie locale quand elle s'avère nécessaire.

L'hypnose accompagne le patient et lui permet de s'évader par la pensée. Ainsi il pense moins à ce qui se trame dans sa bouche... Les dentistes utilisant cette méthode sont spécifiquement formés à l'hypnose.

En savoir plus

Sur Allodocteurs.fr

Dossiers :

- Peur du docteur : le syndrome de la blouse blanche
- L'hypnose : l'autre conscience
- Hypnoanalgésie : l'hypnose pour gérer la douleur
- Relaxation, la maîtrise du stress et des émotions

Questions/réponses :

- La peur d'aller chez le dentiste se transmet-elle à ses enfants ?
- Que faire quand le stress vient du nombre d'instruments dans la bouche et de l'intrusion dans l'espace intime ?
- Rien que le bruit des instruments me donne la chair de poule ! À quand des casques avec de la musique ?
- J'ai honte d'aller chez le dentiste, car j'ai de mauvaises dents. Va-t-il me juger ?
- Pourquoi certains dentistes soignent-ils encore des caries sans anesthésie ?
- Que pensez-vous de l'anesthésie générale pour les patients phobiques ?

Livre :

- *Vous avez une dent contre moi ?*
"Mieux connaître mes dents, ma bouche et leurs maladies"
Dr Franck Amoyel
Ed. Dangles, octobre 2008