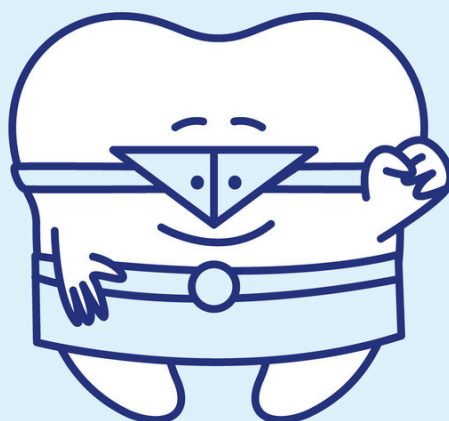


la box à dents

Devenir le super-héros de
ses dents, ça s'apprend !



Module

F

Rencontre ton mentor, le chirurgien-dentiste.

Pour ce module, vous aurez besoin de :

1



2



3



4



5



6



7



urps
CHIRURGIENS
DENTISTES NOUVELLE
AQUITAINE



L'essentiel !

La visite régulière chez le chirurgien-dentiste, à la fréquence d'au moins une fois par an, permet de vérifier la santé des dents et des gencives, et ainsi de prévenir l'apparition ou l'aggravation de pathologies bucco-dentaires.

En complément de l'attention portée à l'hygiène bucco-dentaire et à l'alimentation, les visites régulières chez le chirurgien-dentiste permettent de vérifier la santé des dents et des gencives, et ainsi de prévenir l'apparition de pathologies bucco-dentaires.

Le chirurgien-dentiste, l'ami des dents et du sourire

Le chirurgien-dentiste est un **professionnel de santé médical** au même titre qu'un médecin généraliste ou un pédiatre. Pour les enfants, il est considéré comme le docteur qui soigne les dents, il est l'ami des dents et du sourire.

Le rôle du chirurgien-dentiste

Le chirurgien-dentiste a plusieurs rôles et ne se limite pas seulement à la réalisation des soins dentaires.

- **Un rôle de contrôle et de surveillance :** le chirurgien-dentiste réalise un examen approfondi des dents, des gencives, de la langue et de la bouche, pour déceler des signes de maladies. Il contrôle le bon alignement des dents et il s'assure que l'enfant a une bonne hygiène bucco-dentaire.
- **Un rôle de prévention :** le chirurgien-dentiste peut expliquer les méthodes de brossage aux enfants et rappeler l'importance des habitudes alimentaires. Il peut également réaliser des traitements préventifs comme le scellement des sillons des molaires définitives. Il s'agit de recouvrir les sillons avec de la résine pour empêcher l'apparition des caries.
- **Un rôle de diagnostic :** lors du contrôle de la bouche, le chirurgien-dentiste est le seul professionnel à même de poser un diagnostic en cas de repérage de pathologies bucco-dentaires.

- **Un rôle de soins :** un chirurgien-dentiste soigne l'ensemble des maladies des dents, de la bouche, des maxillaires et des tissus attenants. Si une carie apparaît, le chirurgien-dentiste empêchera son développement en réalisant les soins nécessaires.

Le chirurgien-dentiste est donc le meilleur allié pour garder des dents saines et en pleine santé toute la vie !

La tenue du chirurgien-dentiste

Afin d'éviter toute contamination microbienne, tous les instruments utilisés par le chirurgien-dentiste sont stérilisés. Le port d'une blouse, de gants et d'un masque devant la bouche permet également de limiter la transmission de microbes. Quant au port des lunettes de protection, cela évite les projections d'eau, de produits et de microbes dans les yeux.

Zoom sur...

L'orthodontiste

L'orthodontiste est un chirurgien-dentiste spécialisé. Son rôle est de remettre les dents en bonne position pour des raisons esthétiques et fonctionnelles.

Les traitements orthodontiques facilitent également l'hygiène bucco-dentaire (en permettant dans certains cas un meilleur accès aux espaces inter-dentaires) et contribuent à un développement harmonieux de différentes parties du visage.

L'assistant(e) du chirurgien-dentiste

Le chirurgien-dentiste a très souvent un(e) assistant(e) dentaire. L'assistant(e) dentaire a également plusieurs rôles au sein du cabinet dentaire. Il/Elle peut assurer les tâches administratives (gestion des papiers et des paiements), la gestion de l'accueil avec la prise de rendez-vous, l'accueil et l'orientation des patients vers la salle d'attente...

Dans certains cas, il/elle peut également avoir une fonction d'assistance médicale en apportant de l'aide au chirurgien-dentiste dans ses actes médicaux et chirurgicaux. Il/Elle peut être amené(e) à rassurer les patients.

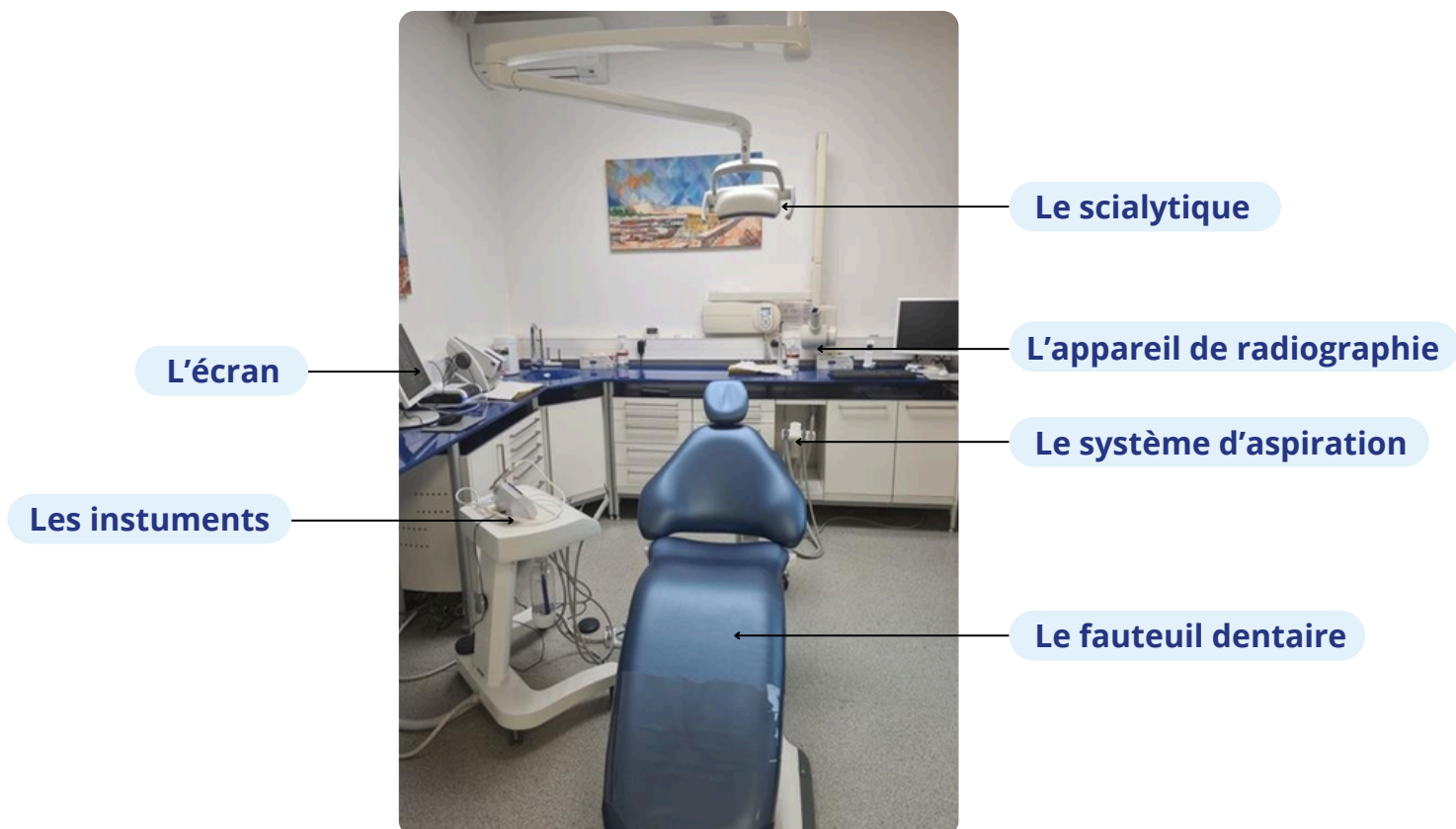
La visite chez le chirurgien-dentiste

Dans cette partie, il sera abordé le **scénario d'une consultation dentaire type** avec présentation des différentes étapes de la consultation ainsi que du matériel et des outils à disposition du chirurgien-dentiste. L'objectif est d'explicitier afin de dédramatiser le rendez-vous chez le chirurgien-dentiste.

Le chirurgien-dentiste travaille au sein d'un cabinet dentaire, soit dans un cabinet en ville, soit dans un service d'odontologie au sein d'un établissement de santé.

Le cabinet dentaire

Le fauteuil du chirurgien-dentiste



Le fauteuil dentaire

Afin d'installer au mieux le patient par rapport au chirurgien-dentiste, ce siège est inclinable et réglable en hauteur. Ainsi, le dossier s'incline pour allonger le patient afin de mieux observer la bouche et ses différentes parties. Le siège peut aussi monter et descendre pour que le patient soit à la bonne hauteur pendant l'examen buccal ou le soin dentaire. Si l'enfant est mal installé, il peut bien sûr le signaler au chirurgien-dentiste.

Le système d'aspiration

Le système d'aspiration permet d'aspirer la salive et l'eau.

L'écran

Il permet de visualiser les radiographies réalisées par le chirurgien-dentiste.

Le scialytique

Il s'agit d'un système d'éclairage permettant de distinguer les tissus et les différentes parties de la bouche. Il s'agit d'une lampe qui peut éblouir lorsque le chirurgien-dentiste la place au-dessus du visage du patient.

Le crachoir et le support gobelet

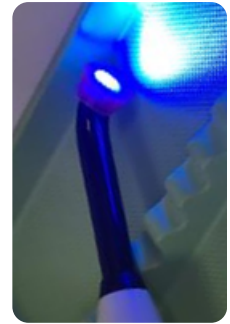
Ils permettent de rincer la bouche à la fin de l'examen ou du soin dentaire. Tous les cabinets dentaires n'ont pas l'obligation de disposer d'un tel équipement (cf. photographie).

L'appareil de radiographie

L'appareil de radiographie : une radiographie peut être réalisée par le chirurgien-dentiste, si besoin, avant de débiter un soin.

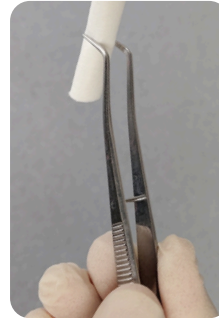
Des instruments bizarres ? Pas du tout !

Comme dans n'importe quelle profession, les chirurgiens-dentistes utilisent des instruments adaptés à leur pratique. Ils sont spécialement conçus pour l'examen bucco-dentaire et pour les soins dentaires.



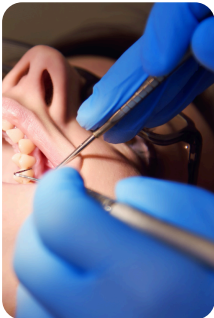
Le miroir

Il permet d'examiner les dents.



La précelle

Il s'agit d'une petite pince qui sert à prendre de petits objets (boulette de coton par exemple) et à les déposer dans la bouche.



La sonde

Elle permet de détecter de nombreux problèmes dentaires. Par exemple, elle peut servir à toucher la dent pour vérifier qu'il n'y ait pas de carie, même dans les sillons les plus fins.



La lampe à polymériser

Elle diffuse une lumière bleue et permet de durcir instantanément la pâte (ou ciments) déposée dans une dent pour la réparer.



Le mini aspirateur

Il permet d'aspirer la salive qui n'est pas avalée lorsque le patient garde la bouche ouverte.



La spatule

Elle permet de prendre certains produits pour les déposer sur les dents.



Le spray à air et à eau

Ce spray chasse les bulles d'air formées par la salive et permet de nettoyer les dents.



La fraise

La roulette du dentiste est en fait une fraise, c'est-à-dire une mèche en métal actionnée par une turbine (petit moteur) plus ou moins rapide. Elle permet des travaux de précision et est souvent utilisée avec un petit jet d'eau pour diminuer l'élévation de température liée à la vitesse.

Une visite type

Un rendez-vous chez le chirurgien-dentiste peut être vécu difficilement par les enfants :

- Les enfants restent longtemps la bouche ouverte sans parler ni bouger ;
- Les enfants peuvent difficilement avaler leur salive la bouche ouverte ;
- Les enfants n'arrivent pas spontanément à respirer par le nez en gardant la bouche ouverte. Il peut en découler une impression ou un réel étouffement, très angoissant (néanmoins, il est possible d'encourager les enfants à s'entraîner à respirer par le nez tout en gardant la bouche ouverte).
- Lors de la réalisation de soins dentaires préventifs ou conservateurs, des bruits désagréables et des odeurs inconnues sont produits.

Tous ces éléments créent un environnement inhabituel et anxiogène, ce qui peut également participer à la peur de la douleur chez les enfants.

1

L'installation

Au début de la visite, l'enfant est invité à s'installer sur le fauteuil dentaire. Le chirurgien-dentiste installe son matériel à proximité sur un plateau d'examen.

Pendant l'examen, l'enfant doit garder la bouche ouverte. Cette situation peut être compliquée pour un enfant puisqu'il devient très vite difficile de parler et de dire ce qu'il ressent. Un accord pourra être conclu entre l'enfant et le chirurgien-dentiste afin que ce dernier comprenne qu'il doit arrêter (par exemple, lever la main...).

2

Le nettoyage des dents

Il est important de se brosser les dents avant un rendez-vous chez le chirurgien-dentiste.

Toute consultation dentaire débute généralement par un nettoyage des dents. Le chirurgien-dentiste élimine la plaque dentaire qui n'a pas été correctement enlevée lors du brossage dentaire.

Cette étape permet d'améliorer la visibilité en bouche et ainsi permettre une meilleure détection des anomalies lors de l'examen dentaire.

3

L'examen bucco-dentaire

Au cours de cet examen bucco-dentaire, le chirurgien-dentiste contrôle l'état des dents, mais aussi des gencives, de la langue, du palais et de l'intérieur des joues. Il vérifie qu'aucune infection ne s'est formée, que les dents ne s'usent pas prématurément...

Lorsque l'examen bucco-dentaire est terminé, deux possibilités :

- Soit la visite dentaire est terminée si l'état bucco-dentaire est correct (pas de plaque ni de tartre) et qu'aucune anomalie n'a été décelée ;
- Soit l'examen bucco-dentaire révèle de la plaque, du tartre ou des anomalies, des soins dentaires seront alors proposés ou feront l'objet d'un second rendez-vous.

4

Les soins dentaires

Les soins dentaires peuvent consister soit en un **détartrage** soit en un **soin au niveau des dents et des gencives**.

Le détartrage

Un nettoyage régulier des dents par un professionnel est indispensable. Au moins une fois par an, le chirurgien-dentiste élimine le tartre accumulé sur les dents grâce à un détartrage. Ce nettoyage permet d'éviter l'apparition de caries et de problèmes au niveau des gencives comme des saignements, un gonflement, des douleurs... Après le détartrage, le spécialiste procède au polissage des dents, pour un rendu lisse et agréable.

Le soin au niveau des dents et des gencives

Quand une ou plusieurs dents présentent des caries ou qu'une pathologie de la gencive est détectée (gingivite ou parodontite), il faut réaliser des soins. En effet, ces soins sont indispensables, puisqu'il n'existe pas de guérison spontanée.

Certains soins peuvent être à l'origine d'une douleur, une anesthésie locale sera alors réalisée.

Si la dent est trop abîmée, le chirurgien-dentiste sera dans l'obligation de l'enlever. Cette situation est en particulier problématique lorsqu'il s'agit d'une dent définitive. Une prothèse dentaire sera alors proposée en remplacement de la dent.

Dans certains cas, pour examiner en détail la denture, établir un diagnostic précis et suivre un traitement ou les résultats d'une opération, la radiologie dentaire est indispensable. Le chirurgien-

dentiste dispose sur place de différents appareils de pointe et sa formation professionnelle l'autorise à interpréter les clichés réalisés au cabinet.

5 Après le soin

Le chirurgien-dentiste procède au rinçage de la bouche de l'enfant avec le jet d'eau si l'enfant ne sait pas cracher. Sinon l'enfant se rince la bouche tout seul avec l'eau du gobelet.

Le chirurgien-dentiste relève ensuite le dossier du siège.

Si le chirurgien-dentiste a réalisé une anesthésie locale, l'enfant aura des sensations un peu étranges dans sa bouche : sensation de bouche gonflée, déformée, lourde. Cela dure pendant une heure ou deux après le soin. Une fois l'effet de l'anesthésie estompé, des picotements ou fourmillements peuvent être ressentis, ceci est tout à fait normal.

Avant de partir, le chirurgien-dentiste peut donner à l'enfant des conseils pour éviter les caries et avoir une meilleure hygiène bucco-dentaire. Dans certains cas, une prescription de médicaments est réalisée.

Quand faut-il aller chez le dentiste ?

Dans le cadre de la relation patient-professionnel, et en fonction des appréhensions (ou non) de l'enfant, les parents (ou autre accompagnateur) peuvent demander au chirurgien-dentiste d'adapter la visite type pour favoriser plutôt la découverte du cabinet dentaire et des instruments utilisés...

Le but des premières visites étant surtout de familiariser l'enfant dans de bonnes conditions.

La première visite chez le dentiste est conseillée au cours de la première année de l'enfant, même si tout va bien, puis régulièrement, au moins **une fois par an !**

A tout âge, la douleur ne doit pas être un signe d'appel pour consulter un chirurgien-dentiste. Une visite régulière chez le chirurgien-dentiste doit permettre de limiter les soins dentaires difficiles ou très désagréables.

M'T dents tous les ans

Il s'agit d'un examen de prévention bucco-dentaire proposé aux enfants (ainsi qu'aux adolescents et aux jeunes adultes) par l'Assurance maladie, tous les ans, **à partir de 3 ans et jusqu'à 24 ans.**

Les invitations sont envoyées par mail tous les ans au mois anniversaire de l'enfant, sauf à certains âges-clés pour lesquels l'invitation par voie postale est conservée (à 3, 6, 12 et 18 ans).

Le formulaire de prise en charge disparaît. Pour bénéficier des rendez-vous « M'T dents tous les ans ! », il faut présenter au chirurgien-dentiste **sa carte Vitale et sa carte de complémentaire santé.**

Il n'y a pas d'avance de frais, le chirurgien-dentiste est réglé par l'Assurance maladie et la complémentaire santé.

Pour une personne ne disposant pas de complémentaire santé, le tiers payant sera assuré et pris en charge à 100 % par l'Assurance maladie.

Zoom sur...

Les dispositions d'accès aux soins

En l'absence d'une Couverture santé ou de droits à la Sécurité sociale, certains dispositifs d'accès aux soins permettent de prendre en charge les soins dentaires. Les Permanences d'Accès aux Soins et à la Santé (PASS), permettent de bénéficier d'un accompagnement administratif à l'ouverture des droits sociaux et une prise en charge gratuite des soins dentaires.

D'autres dispositifs, comme la Mission Accompagnement Santé (MAS), permettent un accès aux soins et à la santé pour tous. Cette plateforme est administrée par l'Assurance Maladie. Elle permet de réaliser le bilan des droits sociaux de l'assuré et d'accompagner le bénéficiaire vers la réalisation des soins.

Lire la suite page suivante.

Cet accompagnement se fait à trois niveaux :

- 1 Un accompagnement aux droits** est proposé, la MAS s'assure que l'assuré bénéficie de droits à l'Assurance Maladie tant pour le régime obligatoire que pour le régime complémentaire (mutuelle, complémentaire santé).
- 2** Il consiste en **un accompagnement financier**, qui vise à diminuer le reste à charge des actes de soins (négociations sur le devis, l'octroi d'une aide financière d'action sanitaire et sociale par la CPAM, la recherche d'aides financières complémentaires auprès d'autres partenaires...).
- 3 Une orientation dans le parcours de soins :** Dans le respect du principe de libre choix, des informations et conseils sont donnés à l'assuré pour le guider dans le choix d'un professionnel de santé correspondant à ses critères administratifs et faciliter son orientation dans le système de soins. L'accompagnement s'effectue par contacts téléphoniques, courriels ou rendez-vous physiques selon les besoins de l'assuré.

Les bruits du cabinet dentaire

- Écouter, comparer et commenter des éléments sonores d'origine diverse
- Verbaliser ses impressions

Le déroulement

Il s'agit d'une activité d'introduction au module et aux autres activités proposées. L'intervenant échange avec les enfants à l'aide des questions suivantes :

« Est-ce agréable à entendre ? »

Que ressentez-vous à l'écoute de ce bruit ?

A votre avis, de quoi s'agit-il ? »

« Nous allons donc nous intéresser au chirurgien-dentiste, à son cabinet et à ce qui s'y trouve... »

Matériel

- Bande sonore d'un bruit du cabinet dentaire via le lien ou le QR Code : <https://www.urps-chirurgiensdentistes-na.fr/wp-content/uploads/2026/09/C4-Son-dentiste-Fraise.mp3>



Durée

45 min

Échanges introductifs avec les enfants

- Participer à des échanges
- Écouter pour comprendre des messages relevant de la vie quotidienne

Le déroulement

L'intervenant prend la parole selon la trame suggérée ci-dessous :

« Qui est le chirurgien-dentiste ?

Êtes-vous déjà allés chez le dentiste ?

Quand faut-il aller chez le dentiste ?

Que fait un dentiste ?

Pourquoi faut-il y aller ?

Qu'est-ce que vous aimez chez le dentiste ?

Qu'est-ce que vous n'aimez pas ?

Connaissez-vous quelqu'un qui a peur d'aller chez le dentiste ?

Pourquoi ?

Qu'est-ce qu'un orthodontiste ? »

Matériel

- Aucun !

Durée

30 min

Préparer l'interview d'un dentiste en classe

- Prendre des responsabilités dans la classe
- Écouter pour comprendre un propos

Le déroulement

L'intervenant pose la question suivante aux enfants : « Qui voit prochainement son dentiste ? »

Si un des élèves de la classe a un rendez-vous programmé, il pourra lui être demandé s'il est volontaire pour être le journaliste de la classe afin de réaliser une interview du dentiste. Les questions pourront être préparées à l'avance avec les enfants.

L'interview pourra prendre la forme d'un reportage avec réalisation de photos (les photos pourront être restituées en classe, le lien sera à faire avec l'activité suivante).

Matériel

- Aucun !

Durée

20 min

A la découverte du cabinet du dentiste

- Comprendre des images
- Participer à des échanges
- Réaliser une recherche d'images sur Internet

Le déroulement

- 1/** L'intervenant prépare les étiquettes mots en lien avec le cabinet du dentiste.
- 2/** A tour de rôle, chaque enfant pioche un mot dans le tas présenté.
- 3/** Il énonce le mot choisi et le place au bon endroit sur le dessin. Les autres enfants ne peuvent l'aider que s'il ne connaît pas le mot pioché ou s'il l'a placé au mauvais endroit. Dans ce cas, l'intervenant demande aux autres enfants s'ils connaissent le mot en question et s'ils peuvent expliquer de quoi il s'agit.
- 4/** A chaque mot disposé par l'enfant sur le dessin, l'animateur demande au groupe l'utilité de l'objet (par ex., « À quoi sert le masque ? » A se protéger des bactéries).
- 5/** Une fois le dessin complété, l'animateur demande aux enfants s'ils connaissent d'autres instruments utilisés par le dentiste/matériel qui ne se trouvent pas sur le dessin (la fraise, la lumière « bleue » à polymériser, l'appareil de radiographie...) et leur utilité. Il propose aux enfants de chercher sur Internet les images des instruments correspondant à ce qui est cité afin de permettre à tous de les visualiser.

Voir la solution pour les réponses attendues.

Matériel

- Fiche-activités avec la photographie « A la découverte du cabinet dentaire » et les étiquettes du matériel du dentiste

Durée

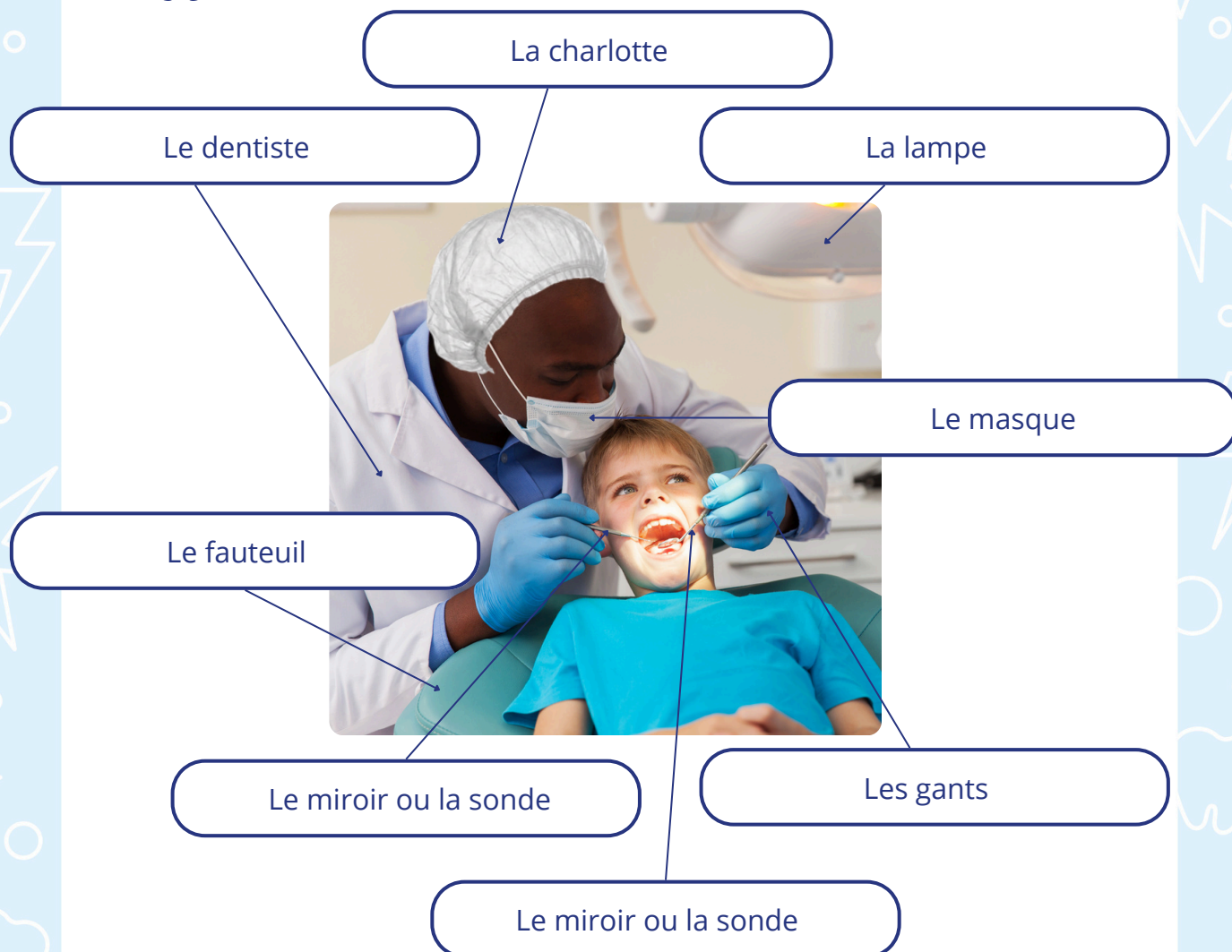
20 – 30 min

Solution

À la découverte du cabinet du dentiste



Place les étiquettes ci-dessous au bon endroit sur la photo :



Le fauteuil	Le miroir ou la sonde
Les gants	Le miroir ou la sonde
La lampe	Le dentiste
La charlotte	Le masque

Calendrier des consultations – Les dates à retrouver

- Résoudre des problèmes impliquant des grandeurs
- Se repérer dans le temps

Le déroulement

L'intervenant introduit l'activité et aide les enfants à la réaliser.

Voir la solution pour les réponses attendues.

Matériel

- Fiche-activité à compléter par les enfants

Durée

20 min

Calendrier des consultations

Les dates à retrouver



Il est généralement conseillé d'aller au moins une fois par an chez le chirurgien-dentiste. En fonction du suivi et des soins qui peuvent être nécessaires, le chirurgien-dentiste peut demander à son patient de venir plus souvent... C'est le cas de Victor.

Victor va chez le dentiste le 11 janvier 2024. Sa dernière visite avait eu lieu 3 mois avant. Quelle était la date exacte ? **Mets une croix bleue sur le calendrier à cette date.**

Sa visite suivante aura lieu 6 mois et 5 jours après celle du 11 janvier 2024. **Calcule et mets une croix verte dans le calendrier sur la bonne date.**

Septembre

	L	M	M	J	V	S	D
35	30	31	1	2	3	4	5
36	6	7	8	9	10	11	12
37	13	14	15	16	17	18	19
38	20	21	22	23	24	25	26
39	27	28	29	30	1	2	3
40	4	5	6	7	8	9	10

Octobre

	L	M	M	J	V	S	D
39	27	28	29	30	1	2	3
40	4	5	6	7	8	9	10
41	X	12	13	14	15	16	17
42	18	19	20	21	22	23	24
43	25	26	27	28	29	30	31
44	1	2	3	4	5	6	7

Novembre

	L	M	M	J	V	S	D
44	1	2	3	4	5	6	7
45	8	9	10	11	12	13	14
46	15	16	17	18	19	20	21
47	22	23	24	25	26	27	28
48	29	30	1	2	3	4	5
49	6	7	8	9	10	11	12

Décembre

	L	M	M	J	V	S	D
48	29	30	1	2	3	4	5
49	6	7	8	9	10	11	12
50	13	14	15	16	17	18	19
51	20	21	22	23	24	25	26
52	27	28	29	30	31	1	2
1	3	4	5	6	7	8	9

Janvier

	L	M	M	J	V	S	D
52	27	28	29	30	31	1	2
1	3	4	5	6	7	8	9
2	10	11	12	13	14	15	16
3	17	18	19	20	21	22	23
4	24	25	26	27	28	29	30
5	31	1	2	3	4	5	6

Février

	L	M	M	J	V	S	D
5	31	1	2	3	4	5	6
6	7	8	9	10	11	12	13
7	14	15	16	17	18	19	20
8	21	22	23	24	25	26	27
9	28	1	2	3	4	5	6
10	7	8	9	10	11	12	13

Mars

	L	M	M	J	V	S	D
9	28	1	2	3	4	5	6
10	7	8	9	10	11	12	13
11	14	15	16	17	18	19	20
12	21	22	23	24	25	26	27
13	28	29	30	31	1	2	3
14	4	5	6	7	8	9	10

Avril

	L	M	M	J	V	S	D
13	28	29	30	31	1	2	3
14	4	5	6	7	8	9	10
15	11	12	13	14	15	16	17
16	18	19	20	21	22	23	24
17	25	26	27	28	29	30	1
18	2	3	4	5	6	7	8

Mai

	L	M	M	J	V	S	D
17	25	26	27	28	29	30	1
18	2	3	4	5	6	7	8
19	9	10	11	12	13	14	15
20	16	17	18	19	20	21	22
21	23	24	25	26	27	28	29
22	30	31	1	2	3	4	5

Juin

	L	M	M	J	V	S	D
22	30	31	1	2	3	4	5
23	6	7	8	9	10	11	12
24	13	14	15	16	17	18	19
25	20	21	22	23	24	25	26
26	27	28	29	30	1	2	3
27	4	5	6	7	8	9	10

Juillet

	L	M	M	J	V	S	D
26	27	28	29	30	1	2	3
27	4	5	6	7	8	9	10
28	11	12	13	14	15	X	17
29	18	19	20	21	22	23	24
30	25	26	27	28	29	30	31
31	1	2	3	4	5	6	7

Août

	L	M	M	J	V	S	D
31	1	2	3	4	5	6	7
32	8	9	10	11	12	13	14
33	15	16	17	18	19	20	21
34	22	23	24	25	26	27	28
35	29	30	31	1	2	3	4
36	5	6	7	8	9	10	11

Des stress et déstresse au cabinet dentaire

- Identifier les ressentis dans le corps (6 ans et +)

Le déroulement

L'intervenant s'appuie sur la fiche-activités enfant et anime les échanges et les activités selon une progression en 3 temps :

1/ Evoquer les émotions

L'intervenant fait le constat que les émotions se manifestent toujours clairement par des ressentis dans le corps, et que chacun ressent différemment. Il est utile d'être conscient de ses sensations inconfortables, car il y a (souvent) moyen de les transformer.

2/ Trouver des astuces pour se détendre

« Aller chez le dentiste peut être difficile...
Néanmoins, des astuces peuvent permettre de se détendre pour rendre ce moment plus agréable. Selon vous, lesquelles? Avez-vous des conseils « bien-être » à donner? »

Exemples: respirer calmement, visualiser des images agréables, écouter de la musique, faire un dessin...

3/ Proposer ensuite de tester des techniques de relaxation

Avec des enfants un peu plus grands (dès 8 – 9 ans) après que chacun se soit exprimé, l'intervenant guide le groupe dans une petite

Matériel

- Fiche-activités à compléter par les enfants

Durée

30 min

relaxation invitant les enfants à fermer les yeux et à concentrer leur attention sur les sensations dans le corps :

Le poids du corps sur la chaise, les pieds sur le sol, la respiration, l'air qui entre et qui sort, puis les perceptions plus fines, les sensations dans la gorge, dans la poitrine, dans la région de l'estomac (le plexus solaire)... juste respirer et ressentir...

Ensuite l'intervenant invite une nouvelle fois chacun à exprimer ce qu'il a perçu comme sensations durant cette relaxation.

4/ Proposer l'activité « Respiration par le nez »

« Si vous n'êtes pas entraînés à respirer par le nez, vous pouvez avoir l'impression d'étouffer sans que cela se produise vraiment.

Essayez de respirer par le nez, la bouche ouverte... C'est difficile ? C'est exactement ce qu'il se passe lorsque le dentiste réalise des soins.

Pour diminuer cette impression, vous pouvez vous entraîner plusieurs fois avant de voir le dentiste. »

Solution

Des stress et déstresse au cabinet dentaire



Lorsque tu as peur de quelque chose, que ressens-tu dans ton corps ?

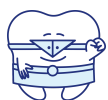
- | | |
|---|---|
| ☐ Mal de tête | ☐ Le corps qui se sent raide |
| ☐ Sensation de gorge serrée | ☐ Tremblements |
| ☐ Tension dans les muscles | ☐ Transpiration, les mains moites |
| ☐ Le cœur qui bat plus vite | ☐ Confusion dans la tête |
| ☐ Agitation, ne pas tenir en place | ☐ Mal à respirer |
| ☐ Malaise dans l'estomac | ☐ Des larmes qui montent |
| ☐ Les genoux qui tremblent | ☐ Un gros poids sur la poitrine... |

Que remarques-tu ?

.....

.....

.....



Mes conseils bien-être (chez le dentiste ou dans d'autres situations) :

.....

.....

.....

.....

.....

.....



Le savais-tu ?

Essaie de respirer par le nez, la bouche ouverte... C'est difficile ? C'est exactement ce qu'il se passe lorsque le dentiste réalise des soins dans ta bouche.

Pour diminuer cette impression, tu peux t'entraîner plusieurs fois avant de voir le dentiste !

Jeu de rôles « Patient-Dentiste »

- Expérimenter une production artistique et théâtrale
- Illustrer le fait qu'une communication entre le dentiste et le patient est essentielle au bon déroulement d'un soin bucco-dentaire
- Adopter son comportement et son attitude à différents contextes

Le déroulement

1/ Les rôles sont à répartir entre les enfants volontaires et ils disposent de 5 min pour les préparer.

Le livret SPARADRAP est projeté à l'écran.

3 situations, nécessitant 1 chirurgien-dentiste et 1 patient différents à chaque fois, sont proposées.

Une présentation sommaire

« caractéristiques-personnage » est remise uniquement au volontaire concerné. Le reste du groupe et l'autre membre du binôme « patient-dentiste » ne doivent pas avoir accès aux caractéristiques-personnages.

2/ Le jeu commence, avec la mise en scène de la première situation. Le reste du groupe observe silencieusement.

3/ Après chaque situation, les enfants expriment ce qu'ils ont ressenti dans l'ordre suivant :

- les acteurs (la parole est donnée en premier aux acteurs ayant eu un rôle difficile à jouer)
- les observateurs

Option : les observateurs auront pu recevoir la consigne, pour les uns, d'être attentif à la communication verbale, pour les autres, à la communication non verbale.

Matériel

- Cartes « caractéristiques-personnage »
- Livret SPARADRAP consultable en ligne via le lien ou le QR Code : https://www.sparadrap.org/sites/default/files/pdf_feuilletable/L06/index.html



Durée

1h

Situation 1

Le dentiste doit faire une anesthésie locale pour soigner une carie. Il annonce l'information au patient.

Le patient dit qu'il a peur de l'aiguille et qu'il a peur d'avoir mal.

A vous de jouer, vous pouvez vous aider de la page 9 du livret SPARADRAP.

Cartes caractéristiques personnages

- Caractéristiques du patient : anxieux, il n'est pas attentif aux consignes du chirurgien-dentiste. Il a peur d'avoir mal, des bruits et des instruments. Il peut se détendre si le chirurgien-dentiste le rassure sur le soulagement de la douleur.
- Caractéristiques du chirurgien-dentiste : essaye de rassurer le patient, explique au patient ce qu'il va faire pour le soigner sans lui causer de douleur.



Situation 2

Le patient sait que le dentiste doit soigner sa dent, car elle présente une carie. Mais le patient a peur que le dentiste lui arrache sa dent. Le dentiste voit qu'il s'agit d'une carie peu profonde.

A vous de jouer, vous pouvez vous aider de la page 10 du livret SPARADRAP.

Cartes caractéristiques personnages

- Caractéristiques du patient : anxieux, mais se détend si le chirurgien-dentiste lui donne des explications claires et rassurantes.
- Caractéristiques du chirurgien-dentiste : à l'écoute des questions du patient, essaye de rassurer le patient, explique au patient ce qu'il va se passer et ce qu'il va faire.



Situation 3

Le dentiste soigne la carie mais pour le patient, ça ne va pas... C'est difficile, c'est long et désagréable !

A vous de jouer, vous pouvez vous aider de la page 12 du livret SPARADRAP

Cartes caractéristiques personnages

- Caractéristiques du patient : devient anxieux si le chirurgien-dentiste n'explique pas ce qu'il va faire. Dans ce cas, le patient questionne le chirurgien-dentiste.
- Caractéristiques du chirurgien-dentiste : froid, distant, ne communique pas mais peut être ouvert aux échanges si le patient lui pose des questions.



Notes

Notes



URPS Chirurgiens-Dentistes Nouvelle-Aquitaine

Immeuble Le Fénelon
1, Allée Le Fénelon
33 370 TRESSES

05 33 09 36 38
projet@urpscdna.org

