Diabète et tabagisme : quels sont les impacts sur la santé bucco-dentaire ?

Les personnes atteintes de diabète sont plus exposées au risque de développer des complications bucco-dentaires. Fumer augmente ce risque et aggrave la maladie parodontale. A l'occasion de la Journée Mondiale de la santé bucco-dentaire, la Fédération fait le point avec le Dr Abdallah AL-SALAMEH, diabétologue, Maître de conférences des Université et Praticien Hospitalier au CHU d'Amiens.

1/Qu'entend-on par maladie parodontale ou parodontite ?

Une parodontite est une inflammation chronique liée à un déséquilibre de la flore orale (l'ensemble des micro-organismes présents dans la cavité buccale) qui touche l'appareil de support de la dent (la gencive, l'os et le ligament parodontal) conduisant, en l'absence de traitement, à la destruction progressive de cet appareil et la perte de dent. La parodontite commence par une inflammation de la gencive (gingivite) qui s'étend progressivement vers le tissu osseux provoquant la résorption de celui-ci, le déchaussement de dent, et la perte définitive de la dent. L'évolution de la maladie parodontale est complètement réversible dans les stades précoces (gingivite). Pourtant, la parodontite représente une cause importante de perte des dents.

2/Quel est le lien entre diabète et maladie parodontale ? Est-elle fréquente chez les personnes diabétiques ?

Le diabète, en modifiant la réponse inflammatoire à l'infection et en altérant la réparation des tissus infectés, est associé à un risque plus élevé de survenue, de sévérité et de progression de parodontite. Ainsi, les personnes diabétiques ont un risque multiplié presque par deux de survenue ou de progression de parodontite. Ceci concerne essentiellement les diabétiques de type 2 mais aussi ceux de type 1 où des indicateurs de maladie parodontale plus sévère ont été rapportés chez les enfants et les adolescents diabétiques de type 1 par rapport aux homologues non-diabétiques. On peut simplifier en disant que la population diabétique a une perte supplémentaire d'environ deux dents, par rapport à la population non-diabétique. La survenue de parodontite chez la personne diabétique dépend de l'équilibre glycémique. Ainsi, pour chaque point d'hémoglobine glyquée de plus, il existe un risque supplémentaire de 14% de parodontite.
De l'autre côté, l'inflammation chronique induite par la parodontite peut augmenter la résistance à l'insuline et par conséquent induire le diabète chez la personne non-diabétique, nuire au contrôle glycémique chez la personne diabétique et, à long terme, contribuer au développement de complications du diabète. Ainsi, il n'est pas surprenant que certaines études aient trouvé que le traitement de la parodontite améliore l'équilibre glycémique (environ 0,3 point d'hémoglobine glyquée).

3/Le tabac augmente également le risque de développer des complications bucco-dentaires. Pouvez-vous nous expliquer pourquoi ?

Le tabagisme dans la population générale et chez la personne diabétique est un facteur de risque majeur de survenue et de progression de parodontite. Aussi, la réponse aux traitements de la maladie parodontale est moins bonne chez les fumeurs actuels par rapport aux non-fumeurs. Par contre le sevrage tabagique rend le risque de parodontite similaire aux non tabagiques et la réponse aux traitements est meilleure chez les anciens fumeurs que chez les fumeurs actuels.
Les mécanismes impliqués dans cette association entre le tabagisme et la parodontite ne sont pas

complétement clairs mais on peut citer la modification de la flore orale par le tabac, l'effet néfaste du tabac sur la réponse immunitaire et sur la capacité de cicatrisation des tissus. Aussi, les signes d'inflammation gingivale peuvent être moins prononcés chez les fumeurs que chez les non-fumeurs, en raison de la vasoconstriction induite par le tabac et de la modification de la gencive chez les tabagiques.

4/Quels signes doivent alerter et inciter à consulter ?

Le premier stade d'une parodontite est une gingivite dont le signe majeur à ce stade est le saignement spontané ou provoqué. Ainsi, il est nécessaire de consulter votre dentiste en cas de saignement spontané ou provoqué par le brossage des dents.

5/ Comment adopter une bonne santé bucco-dentaire ?

Pour prévenir la maladie parodontale il faut :
- effectuer un brossage rigoureux et complet des dents et des gencives avec une brosse à dents souple pendant 2 minutes en utilisant un dentifrice adapté. Répéter ce geste deux fois par jour (matin et soir) ;
- équilibrer votre diabète de manière optimale selon les objectifs proposés par votre médecin traitant et/ou votre diabétologue ;
- consulter votre dentiste au moins une fois par an même en l'absence de signe spécifique de maladie parodontale mais aussi le plus tôt possible en cas de signe d'alerte (saignement lors de brossage). Celui-ci effectuera un examen bucco-dentaire complet et proposera le traitement adapté selon le stade de la maladie.

6/ Quelles sont les solutions d'aide au sevrage tabagique ?

Il existe plusieurs méthodes pour l'aide au sevrage tabagique : méthodes non-pharmacologiques, méthodes pharmacologiques en utilisant les traitements de substitution nicotinique ou d'autres médicaments. La première étape est d'en parler avec votre médecin traitant, votre diabétologue ou votre dentiste. Ces professionnels de santé peuvent vous aider en proposant la solution la plus adaptée à votre cas ou en vous adressant à une structure adaptée.

7/Quel(s) message(s) souhaitez-vous faire passer aux personnes atteintes de diabète et fumeuses qui se questionnent sur l'arrêt du tabac ?

Les bénéfices de l'arrêt du tabac sont multiples et s'étendent au-delà de la santé bucco-dentaire avec une diminution claire et nette de risque de décès toutes causes, de risque d'évènements cardiovasculaires et une diminution des complications de diabète chez les anciens fumeurs par rapport aux fumeurs actuels.

Pour en savoir plus:

- Visionnez notre vidéo pédagogique Diabète et tabagisme : un mariage dangereux ;
- Téléchargez gratuitement notre dépliant : Diabète et tabagisme : un mariage dangereux, dans votre espace personnel | Fédération Française des Diabétiques (federationdesdiabetiques.org)

Consultez nos pages:

- Complications des dents et des gencives
- Tabagisme et Diabète : Les liaisons dangereuses, découvrez la vidéo du Pr Vincent Durlach
- Tabac et diabète : les raisons d'arrêter

Pour connaitre les solutions de prise en charge des substituts nicotiniques, consultez le site de l'Assurance maladie :
https://www.ameli.fr/assure/remboursements/rembourse/medicaments-vaccins-dispositifs-medicaux/prise-charge-substituts-nicotiniques