

infos@tension

La lettre mensuelle d'information sur l'Hypertension Artérielle par la FRHTA

Mai 2022

Santé bucco-dentaire et tension

Le sommaire

	<h3>Santé bucco-dentaire et tension</h3> <p>Les conseils du Pr Xavier Girerd</p> <ul style="list-style-type: none">✓ Pourquoi se brosser les dents est particulièrement bénéfique chez l'hypertendu ? <p>L'info recherche du Dr Marie-Catherine Wimart</p> <ul style="list-style-type: none">✓ Impact des caries et du brossage de dents sur les complications cardiovasculaires chez les hypertendus.. <p>Histoires de tension, par Uwe Diegel</p> <p>Tension sous les Tropiques, une nouvelle planche tirée de la bande dessinée sur l'hypertension artérielle</p>
--	--

Les conseils du Pr Xavier Girerd

Pourquoi se brosser les dents est particulièrement bénéfique chez l'hypertendu ?

[écouter le podcast](#) ou [regarder la vidéo](#)



infos@tension
La Lettre d'information de la FRHTA
mai 2022
#2

Pr Xavier GIRERD
Président de la FRHTA

FONDATION DE RECHERCHE SUR L'HYPERTENSION ARTÉRIELLE

LES CONSEILS du Pr Xavier GIRERD

« Se brosser les dents est particulièrement bénéfique chez l'hypertendu »

- Le brossage des dents est l'unique manière d'éliminer les bactéries présentes dans la plaque dentaire à l'origine des gingivites, parodontites et caries qui finissent par faire tomber les dents.
- Au-delà de la santé bucco-dentaire, des études scientifiques réalisées chez des patients soignés pour une hypertension artérielle ont montré que 2 brossages des dents ou plus par jour diminuaient le risque d'accident vasculaire cérébral.
- Pour les patients hypertendus, il existe « l'effet brosse à dent » qui veut dire que la prise des médicaments est plus régulière si le patient s'organise pour prendre ses médicaments juste avant ou juste après le brossage de ses dents.
- Je conseille à tous ceux qui doivent prendre des médicaments avec régularité de mettre les boîtes de médicaments près de la brosse à dent, et de prendre les comprimés juste avant ou juste après le brossage des dents !

Auteur : Pr Xavier Girerd, Président de la Fondation de Recherche sur l'hypertension artérielle et cardiologique à l'Assistance Publique à Paris.

Je souhaite vous informer des avantages qu'un patient soigné pour une hypertension artérielle trouvera dans la réalisation quotidienne d'une action aussi élémentaire que se brosser les dents.

Se brosser les dents fait partie des gestes d'hygiène élémentaire pratiqués par tous les adultes plusieurs fois par jour. Le brossage des dents est en effet l'unique manière d'éliminer les bactéries présentes dans la plaque dentaire à l'origine des gingivites, parodontites, caries qui finissent par faire tomber les dents. Selon les experts, le bon rythme pour le brossage est au moins le matin et le soir pendant deux minutes minimum, avec une brosse à poils souples pour éviter de traumatiser la gencive. Peu importe qu'elle soit manuelle ou électrique, à condition que la brosse puisse accéder à tous les recoins de la bouche.

Au-delà de la santé bucco-dentaire, de nombreuses études scientifiques, dont certaines réalisées chez des patients soignés pour une hypertension artérielle, ont montré qu'un nombre de caries supérieur à 4 augmentait le risque de survenue d'une complication cardiovasculaire alors que 2 brossages des dents ou plus par jour diminuaient le risque d'accident vasculaire cérébral.

Mais il y a un autre bénéfice pour les patients hypertendus à se brosser les dents, appelé par un médecin canadien « l'effet brosse à dent ». En effet, il a été montré

que la prise des médicaments était plus régulière si le patient s'organisait pour prendre ses médicaments juste avant ou juste après le brossage de ses dents. L'explication de « l'effet brosse à dent » est que, en décidant de prendre ses médicaments juste avant ou juste après le brossage des dents, il n'est plus nécessaire de penser à prendre ses médicaments, car se brosser les dents est pour un adulte devenu une routine – certains diront même un réflexe – qui est réalisé au moins une fois par jour, même en dehors de son domicile ou en vacances, qui sont deux circonstances fréquentes d'oubli de prise de ses médicaments !

J'ai donc deux conseils :

- Le premier s'adresse aux hypertendus, mais aussi aux normotendus, ne négligez pas la santé de votre bouche et rendez vous chez un dentiste pour réaliser des soins bucco-dentaires avec régularité.
- Le deuxième conseil s'adresse à tous ceux qui doivent prendre des médicaments avec régularité: mettez vos boîtes de médicaments près de votre brosse à dents et prenez vos comprimés juste avant ou juste après le brossage de vos dents !

Pour en savoir plus sur les relations qui existent dans « la santé bucco-dentaire chez les hypertendus », écoutez les podcasts [Les Voix de l'Hypertension](#).

L'INFO RECHERCHE

Impact des caries et du brossage de dents sur les complications cardiovasculaires chez les hypertendus.

[écouter le podcast](#) ou [regarder la vidéo](#)



infos@tension
La Lettre d'information de la FRHTA
mai 2022
#1

Docteur M.-C. Wimart
secrétaire adjoint du Comité de Lutte
contre l'Hypertension Artérielle

FONDATION DE RECHERCHE SUR L'HYPERTENSION ARTÉRIELLE

L'INFO RECHERCHE

Impact des caries et du brossage de dents sur les complications cardiovasculaires chez les hypertendus

- Une bonne santé bucco-dentaire permet de diminuer les complications cardiovasculaires.
- Avoir plus de 4 caries expose aux complications cardiovasculaires.
- L'inflammation au niveau des gencives pourrait être la raison de la relation entre état bucco-dentaire et complications cardiovasculaires chez l'hypertendu.
- Il est conseillé aux hypertendus, mais aussi aux personnes ayant une tension satisfaisante, de se rendre chez un dentiste régulièrement pour réaliser des soins bucco-dentaires.

Auteur : Dr MC Wimart, membre du Comité Français de Lutte contre l'Hypertension Artérielle

Il existe une association statistique entre complications cardiovasculaires et marqueurs biologiques de l'inflammation. De plus, il a été observé que des maladies de la bouche étaient la conséquence d'une maladie inflammatoire des gencives.

En Corée du Sud, un programme de recherche a inclus 52 677 hypertendus suivis pendant plus de 10 ans, avec des bilans de santé incluant une évaluation de l'état bucco-dentaire. L'objectif de cette étude était d'observer les relations entre état bucco-dentaire et survenue d'une complication cardiovasculaire.

Dans cette population d'hypertendus traités vivant en Asie, il a été observé 3 fois plus d'AVC que d'infarctus du myocarde. De plus, il a été montré que la survenue d'une complication cardiovasculaire augmentait avec le nombre de caries, et augmentait aussi avec le nombre de dents manquantes alors qu'une augmentation du nombre de brossage dentaire quotidien diminuait le risque de survenue d'une complication cardiovasculaire.

Ainsi, un nombre de caries supérieur à 4 augmente le risque de survenue d'une complication cardiovas-

culaire alors que 2 brossages dentaires ou plus par jour diminue ce risque.

En conclusion, chez un sujet traité pour une hypertension artérielle, une bonne santé bucco-dentaire permet de diminuer le risque de complication cardio-vasculaire. L'inflammation au niveau des gencives pourrait être la raison de cette relation entre état bucco-dentaire et complications cardiovasculaires chez l'hypertendu.

Cette étude très originale devrait pousser les hypertendus, mais aussi les normotendus, à ne pas négliger la santé de leur bouche et à se rendre chez un dentiste pour réaliser des soins bucco-dentaires avec régularité.

[Lire le résumé en anglais de la publication](#)

Pour s'informer différemment :

- écoutez Les Voix de l'Hypertension sur [Spotify](#) et sur [ApplePodcast](#)
- regardez les vidéos sur [Hypertension France](#)

HISTOIRES DE TENSION



Auteur : Uwe Diegel, Président de HealthWorks Global

En 1896, Scipione Riva Rocci invente le sphygmomanomètre à mercure, le premier appareil suffisamment facile à utiliser qui donne des résultats assez fiables pour devenir un standard médical. Voici trois modèles différents, datant de 1896 à 1902.

1896 est une année décisive dans l'histoire de la tension artérielle

Le concept de Scipione Riva-Rocci est le précurseur du sphygmomanomètre à mercure moderne. Un brassard gonflable est placé sur le haut du bras pour compresser l'artère brachiale. Ce brassard est relié à un manomètre en verre rempli de mercure pour mesurer la pression exercée sur le bras.

Le sphygmomanomètre de Riva-Rocci est ensuite repéré par le neurochirurgien américain Harvey Cushing lors d'un voyage en Italie. Saisissant le potentiel de cet appareil, il retourne aux États-Unis avec un échantillon en 1901. Il est alors modifié pour être plus adapté à une utilisation clinique. Le sphygmomanomètre devient monnaie courante. Cette année marque vraiment le début de la sphygmomanométrie moderne.

[Découvrez les mini-séries de la Fondation : 1 nouvel épisode chaque mois !](#)