

Docteur Laurence Apelbaum-Dorf

Chirurgien-dentiste

Qu'est-ce que le bruxisme ?



Le bruxisme désigne la manie involontaire de grincer ou de serrer des dents pendant la journée et/ou le sommeil. Il est le plus souvent lié au stress et à l'anxiété.

Il peut être responsable d'une usure prématurée des dents

De douleurs musculaires, maux de tête, et bourdonnements d'oreilles...



Il est difficile de stopper le bruxisme. La mise en place entre les deux arcades dentaires d'une « semelle » en résine, appelée gouttière, permet d'éviter l'usure prématurée des dents et de soulager les douleurs.

La gouttière est discrète et se porte généralement pendant le sommeil. Elle permet d'obtenir la plupart du temps, grâce à un relâchement musculaire, de soulager les articulations et diminuer le grincement des dents.

« Si vous avez l'impression d'avoir les mâchoires serrées, des maux de têtes inexplicables ou des bourdonnements d'oreille, n'hésitez pas à nous en parler ».