

## Prise en charge de la sécheresse buccale

La sécheresse buccale, due à la diminution ou à l'absence de la sécrétion salivaire est de causes variées : *effets secondaires de certains médicaments, maladies chroniques, vieillissement, radiothérapie...*

***Il est très important dans ces cas-là d'avoir une hygiène bucco-dentaire rigoureuse au quotidien.***

### Matériel et produits

- Eau : plate ou gazeuse ou en pulvérisation (bombe d'eau minérale)
- Salive artificielle : Spray, gel ou bain de bouche

**Si les lèvres sont sèches et/ou fissurées, appliquer un baume hydratant (en cas d'oxygénothérapie, utiliser des produits à base d'eau uniquement).**

### Fréquence

Aussi souvent que nécessaire à tout moment de la journée et en particulier **au coucher**.

## Conseils

Produit	<ul style="list-style-type: none"><li>• Boire un peu d'eau plate toutes les heures</li><li>• Utiliser de l'eau gélifiée</li><li>• Sucrer des glaçons</li><li>• Utiliser une bombe d'eau minérale en brumisation ou un spray aromatisé</li></ul>
Stimulation	<ul style="list-style-type: none"><li>• Mâcher des chewing-gums sans sucre</li><li>• Sucrer des pastilles acidulées sans sucre</li><li>• Bien mastiquer</li></ul>
Confort	<ul style="list-style-type: none"><li>• Manger tiède ou à température ambiante</li><li>• Prendre un stimulant salivaire</li><li>• Utiliser un dentifrice adéquat</li></ul>

## A éviter

- Le tabac
- Les boissons alcoolisées
- Le café et les boissons contenant de la caféine (coca, boissons énergisantes, thé, chocolat...).
- Les bains de bouche contenant de l'alcool et les solutions à base de glycérine
- Les aliments salés, secs, épicés ou acides.

