

MILAN

Tout savoir sur les dents de 0 à 6 ans

MIKALOU VA CHEZ LE DENTISTE



MIKALOU N'A PAS MAL AUX DENTS!

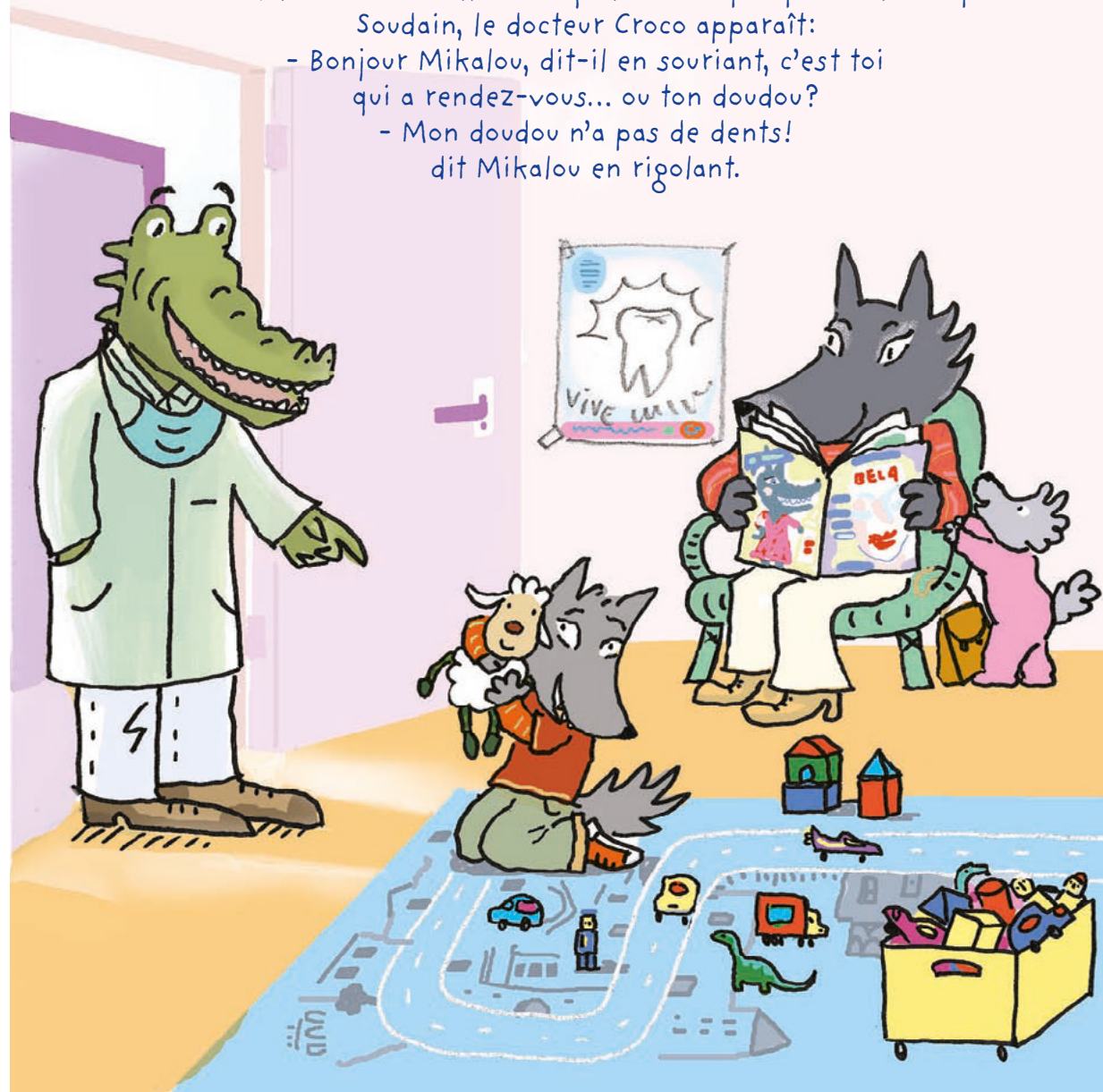


- Tu es grand maintenant, dit maman. Il est temps d'aller chez le « docteur des dents »... Très occupé à jouer sur son tapis, Mikalou n'en a pas très envie:
- Je n'ai pas mal aux dents! dit-il, pas trop content.
- C'est justement pour cela qu'il faut aller chez le dentiste: pour ne pas avoir mal et, tu verras, il a plein de jeux amusants!

Dans la salle d'attente, il y a un petit coin pour les enfants où Mikalou s'amuse tellement qu'il ne voit pas passer le temps.

Soudain, le docteur Croco apparaît:

- Bonjour Mikalou, dit-il en souriant, c'est toi qui a rendez-vous... ou ton doudou?
 - Mon doudou n'a pas de dents!
- dit Mikalou en rigolant.



Dans le cabinet du dentiste, Mikalou doit s'asseoir dans un fauteuil géant. Oh! là là! Heureusement qu'il y a un marchepied pour monter.

- Attention... on va décoller! dit le docteur Croco en appuyant sur un bouton.

Et hop, le fauteuil monte tout doucement vers le plafond!

- Stop! Tu es arrivé... Je vais pouvoir examiner tes dents: ouvre grand la bouche, comme pour me dévorer!



Devant



Dessus



Derrière



- Voilà de belles dents de lait! dit le docteur Croco satisfait. Je vais te montrer comment bien les brosser...

Et il prend une mâchoire géante et une grosse brosse à dents pour faire une démonstration.

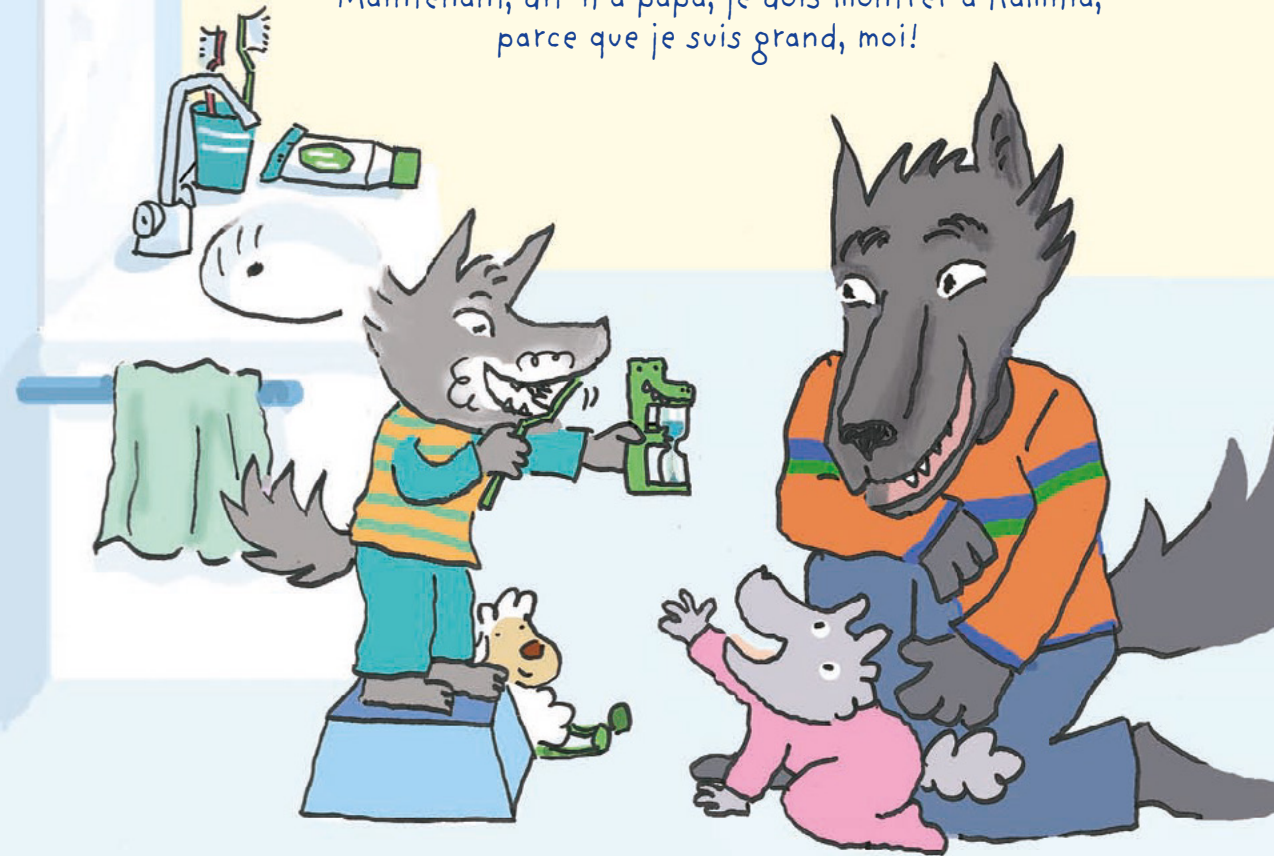
- Après chaque repas, on part à la chasse aux petites miettes pour empêcher les dents d'avoir des caries, des petits trous qui font très mal!



- Je les brosse après chaque repas! dit Mikalou fier comme un roi.
- C'est très bien, et tu dois penser aussi à bien mâcher tes aliments et ne pas manger trop souvent des...
 - Bonbons! dit Mikalou.
- Bravo, je vois que tu sais tout. Manger trop souvent des bonbons, ce n'est pas bon, c'est juste pour les grandes occasions. En protégeant tes dents de lait, tu auras, plus tard, des dents de «grand» en bonne santé.

Le soir venu, Mikalou est tout content de montrer à Papa Loup comment il se lave bien les dents.

- Je brosse tout autour de chaque dent, très longtemps... Et regarde le sablier que Maman Loup m'a donné; il me montre quand je peux m'arrêter... Mais Mikalou n'est pas pressé de s'arrêter:
 - Maintenant, dit-il à papa, je dois montrer à Kamilia, parce que je suis grand, moi!



FIN

Pourquoi je dois me brosser les dents...?

Parce qu'après le repas, l'acidité des aliments attaque l'émail qui sert à protéger tes dents.



Que se passe-t-il quand l'émail d'une dent est abîmé?

La dent se creuse de petits trous qu'on appelle des caries.



Maman lave les dents de Kamilia avec une petite lingette et de l'eau... Elle dit que pour le dentifrice, c'est trop tôt. Oui, pour le dentifrice, il faut attendre qu'elle soit plus grande, et qu'elle sache bien recracher.



Se laver les dents une fois par jour, c'est suffisant?

Non ! L'idéal est de se brosser les dents après chaque repas, surtout le soir avant de te coucher. Et pas question de grignoter après !



Ça fait vraiment mal les caries?

Oui, avoir des caries, ce n'est pas drôle ! Heureusement, le dentiste peut les soigner, mais il veut surtout t'aider à ne pas en attraper !



À partir de quel âge doit-on emmener son enfant chez le dentiste?

Dès que votre enfant commence à parler, il est conseillé de l'emmener chez le dentiste. Même s'il n'a pas de problème dentaire spécifique, cela permettra un premier contact afin de découvrir l'univers du cabinet dentaire.

Est-ce qu'il faut mettre beaucoup de dentifrice sur sa brosse à dents?

Non, il n'en faut pas trop, juste ce qu'il faut, c'est-à-dire l'équivalent d'un petit pois.

Le brossage... avant les dents!

Même pour un bébé qui n'a pas encore de dent, il est recommandé de lui frotter tout doucement les gencives (puis plus tard ses premières dents) avec un petit linge humide au moins deux fois par jour.

L'idéal est de le faire après les repas et surtout avant le coucher. Si votre bébé a soif en dehors des repas, mieux vaut lui donner à boire un simple biberon d'eau. En effet, le contact prolongé des dents avec le lait, ou un liquide sucré, provoque à la longue des caries « du biberon » qui abîment vraiment les dents !



Pourquoi mes dents de lait doivent-elles tomber?

Parce qu'elles sont remplacées par des dents « définitives » que tu garderas toute ta vie.



Si j'ai une carie sur une dent de lait, c'est grave?

Oui, car elle peut contaminer la dent définitive qui va prendre la place de ta dent de lait ! En plus, ça fait mal... Et la santé de tes dents, c'est ce qui te donne ce sourire éclatant !

LES 8 COMMANDEMENTS POUR AVOIR DE BELLES DENTS:

1 Je prends une brosse à dents et un dentifrice adaptés à mon âge (la brosse à dents doit être souple et à petite tête; le dentifrice, à partir de trois ans, peut contenir du fluor).

2 Je mets très peu de dentifrice et seulement si je sais bien cracher (pour ne pas l'avaler).

Je me lave les dents au moins deux fois par jour, après les repas, et surtout le soir, quand je vais me coucher. Après, plus question de manger!

4 Je me brosse les dents pendant trois minutes.

5 Je tourne doucement la brosse sur toute la dent, et sur les côtés: dessus, devant, derrière... partout!

6 Je change ma brosse à dents tous les trois mois minimum (et même avant si les poils sont aplatis).

7 Je ne prête pas ma brosse à dents, et je n'emprunte pas la brosse de quelqu'un.

Et surtout... **8** Je souris de toutes mes dents!

QUEL MICMAC!

Aide Mikalou à trouver sa brosse pour bien se laver les dents avant d'aller se coucher!

LA COMPTINE DES PETITES DENTS

1, 2, 3, après le repas;
4, 5, 6, prends ton dentifrice;
7, 8, 9, ta brosse à dents neuve;
10, 11, 12, frotte pour que ça mousse!

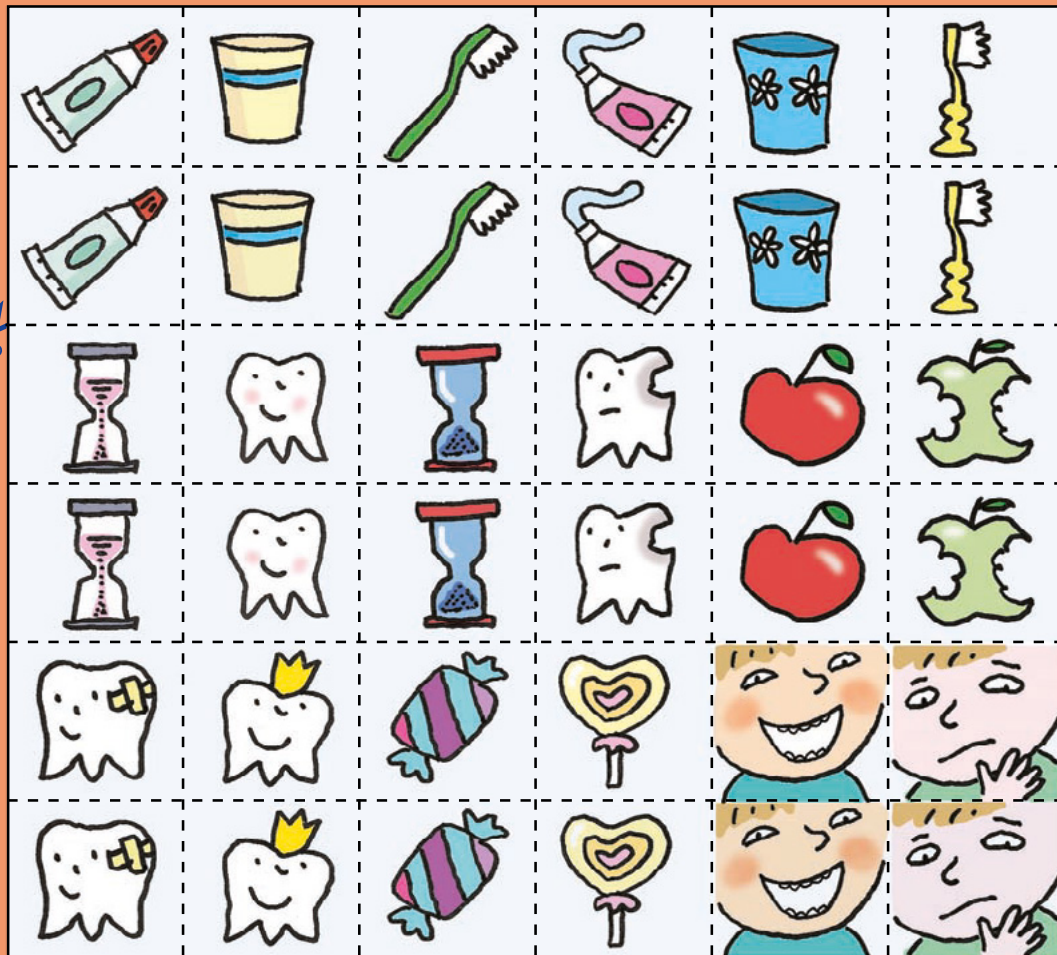


COLORIAGE

Mikalou prend tout son temps pour se laver les dents! Mais en couleur, c'est plus amusant! Alors, à tes crayons...

Mon jeu de memory

Colle le memory sur une feuille de papier. Découpe en suivant le trait noir et les pointillés. Mélange les cartes et étale-les en cachant les dessins. Chaque joueur retourne à son tour deux cartes et essaie de faire une paire. S'il n'y arrive pas, il remet la carte à sa place. S'il réussit, il rejoue. Le gagnant est celui qui réussit à réunir le plus grand nombre de paires.



Réalisé par les Éditions Délégées Jeunesse de Bayard et Milan Presse, pour la Mutualité Française Occitanie en partenariat avec les CPAM d'Occitanie. Directrice générale adjointe de BMD : Fabienne Marquet (fabienne.marquet@bayardmedia.fr) - Coordination : Adélaïde Jeanson (adelaide.jeanson@bayardmedia.fr) - Textes : Emmanuelle Cabrol. Illustrations : France Sengel. Maquette : Corinne Deniel. Secrétariat de rédaction : Isabelle Gilloots - Imprimé par Factory, Juin 2022.

Toute la collection Mikalou est téléchargeable sur le site occitanie.mutualite.fr