

## Communiqué de presse

Cergy, le 21 août 2023

### **Prendre soin de sa santé, c'est aussi avoir une bonne hygiène bucco-dentaire**

**L'Assurance Maladie rappelle à la population du Val-d'Oise qu'il est important de consulter au moins une fois par an son chirurgien – dentiste pour une visite de contrôle.**

Le maintien d'une bonne santé bucco-dentaire tout au long de sa vie contribue au bien-être physique, mental, social en augmentant l'estime de soi et à la diminution des risques de développer certaines maladies chroniques.

Dans le cadre de la campagne M'T dents, l'Assurance Maladie offre, tous les 3 ans, un examen de prévention bucco-dentaire :

- aux enfants dès l'âge de 3 ans\* ;
- aux jeunes jusqu'à l'âge de 24 ans\* ;
- et aussi aux femmes enceintes (du 4<sup>ème</sup> mois de grossesse et jusqu'au 12<sup>ème</sup> jour après l'accouchement).

Une hygiène bucco-dentaire insuffisante favorise le développement de la plaque dentaire qui non éliminée va se transformer en tartre. Elle est la principale responsable de la maladie des gencives.

Les comportements individuels dont la consommation d'aliments riches en sucre peuvent conduire à l'apparition de caries.

Chez la femme enceinte, les changements hormonaux rendent les gencives plus sensibles aux bactéries et peuvent déclencher une inflammation. Une infection non traitée augmente les risques d'accouchement prématuré ou de bébé de faible poids.

*\*les traitements pour corriger une mauvaise position des dents et les prothèses sont exclus du dispositif*

L'adoption de bonnes habitudes d'hygiène bucco-dentaire dès le plus jeune âge reste essentielle :

- 2 brossages par jour pendant 2 minutes après les repas ;
- utilisation d'un dentifrice fluoré ;
- nettoyage entre les dents avec du fil dentaire ou des brossettes ;
- alimentation variée et équilibrée ;
- sans oublier les consultations régulières avec son chirurgien-dentiste.

Avec M'T dents, c'est simple et c'est gratuit. Il suffit de prendre un rendez-vous chez un dentiste, de présenter le jour de la consultation la carte Vitale et l'invitation qui a été adressée par courrier ou qui est disponible sur le compte ameli. Vous n'avez rien à payer.

Plus d'infos en cliquant [ici](#)



**Contact presse :**

[communication.cpam-cergyponoise@assurance-maladie.fr](mailto:communication.cpam-cergyponoise@assurance-maladie.fr)

#### **À propos de l'Assurance Maladie du Val-d'Oise**

Entreprise de droit privé exerçant une mission de service public, la CPAM du Val-d'Oise est responsable de la protection de la population du département, soit plus d'1,3 million d'assurés, et verse chaque année plus de 4 milliards d'euros de prestations légales, ce qui en fait le principal acteur du financement du système de soins. Forte de 950 collaborateurs qui portent haut nos valeurs de solidarité, d'universalité, de responsabilité et d'innovation, notre entreprise intervient sur les « risques » sociaux suivants : maladie, maternité, accidents du travail/maladies professionnelles et décès.