

# DENTISTE

## Grincement de dents et apnée

**L**e bruxisme, communément appelé grincement de dents, serait-il relié à l'apnée obstructive du sommeil ? Il semble que oui dans une certaine mesure.

Le bruxisme est un problème complexe dont les causes sont multiples. Il semble qu'une de ces causes soit la présence d'apnée du sommeil. Une étude présentée au congrès Chest 2009, à San Diego, a démontré qu'environ un patient apnéique sur quatre grince des dents, ce qui vient appuyer les études antérieures référant à ce lien.

Une des causes de bruxisme est la présence d'un haut niveau d'anxiété et, l'apnée du sommeil non traitée peut occasionner des problèmes d'altération de l'humeur de même que de l'anxiété. Par ailleurs, un patient apnéique est souvent fatigué le jour, ce qui l'amène à consommer plus de café qui est également considéré comme une cause de bruxisme.

De manière générale, les dentistes offrent des gouttières ou plaques occlusales aux patients qui souffrent de bruxisme. La gouttière se présente comme une feuille de plastique transparente moulée sur les dents du haut ou du bas du patient bruxeur et qui agit comme un écran protecteur. Il s'agit le plus souvent du meilleur traitement disponible : au lieu d'user ses dents en grinçant, le patient use le plastique de la gouttière. Toutefois, l'usage d'une simple plaque occlusale pourrait augmenter l'apnée chez certains patients. C'est ce qu'affirme une étude faite à l'Université de Montréal et publiée en 2004. On peut en conclure que si un patient grince des dents et, qu'il présente aussi des symptômes qui s'apparentent à l'apnée du sommeil tels que le ronflement et la fatigue de jour, ce patient devrait être examiné pour l'apnée du sommeil avant la mise en bouche d'une plaque occlusale.

Nous offrons des solutions aux problèmes d'apnée et de ronflement depuis maintenant 19 ans. Le suivi des patients se fait avec des médecins. Pour un rendez-vous, n'hésitez pas à nous appeler au 418 871-1447. Vous pouvez aussi consulter notre site Internet **[www.apneesolution.com](http://www.apneesolution.com)**. Le site explique en détail les solutions que nous offrons.



**Dr Jean-François Masse**  
Chirurgien-dentiste