

Quels effets ont les moyens d'hygiènes interdentaires ?

Question : Les produits de nettoyage interdentaire utilisés en complément du brossage sont-ils utiles pour combattre les maladies gingivales, les caries et la plaque et, si oui, quel est le système le plus efficace ?

✦ Anne-Catherine Vanhove^{1,2}, Trudy Bekkering¹, Patrik Vankrunkelsven¹

Contexte

La plaque est la première cause de pathologies dentaires et gingivales et il est donc important de l'éliminer à intervalles réguliers. Nombre de patients se brossent d'ailleurs scrupuleusement les dents... le problème étant que les espaces interdentaires sont, eux, nettement plus difficiles à nettoyer. Les spécialistes recommandent pour cela des dispositifs de nettoyage spéciaux tels que fil dentaire, brossettes, cure-dents ou irrigateurs oraux (des appareils qui nettoient les interstices à l'aide d'un jet d'eau pressurisé).

Critères de sélection pour les études

La revue a inclus une série d'essais randomisés comparant un nettoyage interdentaire en sus du brossage au brossage seul sur une période d'au moins quatre semaines, ou comparant entre elles plusieurs méthodes de nettoyage interdentaire. Elle s'est intéressée uniquement aux dispositifs pouvant être utilisés à domicile.

En collaboration avec le Cebam, Cochrane Belgium (<http://belgium.cochrane.org>)
Consultez cette revue Cochrane dans son intégralité sur la Cebam Digital Library for Health (www.cebam.be/fr/cdlh)

1. Cochrane Belgium, Cebam (Centre belge d'Evidence-Based Medicine)
2. CEbAP (Centre d'Evidence-Based Practice) de la Croix-Rouge de Flandre

Synthèse des résultats

La revue a repris 35 essais randomisés et contrôlés (incluant 3929 participants adultes au total) qui comportaient évidemment un important risque de biais, la mise en aveugle étant fatalement impossible. Les dispositifs suivants ont été étudiés en complément du brossage : fil dentaire (15 études), brossettes interdentaires (2 études), cure-dents en bois (2 études), cure-dents en caoutchouc (2 études), irrigateurs oraux (5 études). Quatre dispositifs –brossettes interdentaires (9 études), cure-dents en bois (3 études), cure-dents en caoutchouc (9 études) et irrigateurs oraux (2 études)– ont également été comparés au fil dentaire. Les études identifiées concernaient uniquement l'impact de ces produits sur l'inflammation des gencives et la prévention de la plaque; aucune ne s'est intéressée à leur effet sur les caries. Nombre de participants présentaient un faible niveau d'inflammation gingivale à l'inclusion.

Efficacité du nettoyage interdentaire en complément du brossage en comparaison avec le brossage seul

Pratiqué en sus du brossage, le nettoyage au fil dentaire pourrait réduire l'inflammation gingivale. Après un mois d'utilisation, l'indice de santé gingivale (GI) était inférieur de 0,58 DS en moyenne dans le groupe qui utilisait aussi le fil dentaire (IC 95 % de -0,04 à -1,12, 585 participants, huit études, faible niveau de preuve). Cet effet était également observable après trois et six mois. L'impact sur les saignements et sur la plaque est incertain (très faible niveau de preuve).

Le recours aux brossettes interdentaires en sus du brossage pourrait éliminer davantage de plaque que le brossage seul (DSM -1,07, IC 95% -1,51 à -0,63; 93 participants, deux études, faible niveau de preuve). De par le très faible niveau de preuve, l'effet sur l'inflammation gingivale (GI et nombre de saignements) est incertain.

L'effet des cure-dents en bois ou en caoutchouc en sus du brossage est incertain. Le niveau de certitude des preuves en ce sens était extrêmement faible.

L'utilisation d'un irrigateur oral en sus du brossage pourrait n'avoir aucun effet sur la gingivite, mesurée sur la base du nombre de saignements après 1 ou 3 mois. La différence moyenne après un mois était de 0,00 (IC 95 % de -0,07 à 0,06; 126 participants, deux études, faible niveau de preuve). Il est également possible que cette méthode n'ait aucun effet sur la plaque dentaire ni après un mois (DSM -0,16, IC 95% -0,41 à 0,10; 235 participants, trois études, faible niveau de preuve), ni après trois et six mois. La capacité des irrigateurs oraux à améliorer la gingivite (mesurée sur la base du GI) est incertaine, eu égard au très faible niveau de preuve.

Comparaison entre approches

La comparaison directe des différentes approches n'a pas livré de différences cohérentes et n'a donc pas permis de recueillir d'informations supplémentaires utiles. Un exemple : les brossettes interdentaires pourraient améliorer davantage la gingivite que le fil dentaire après un et trois mois, mais aucune différence n'a été constatée au niveau de la parodontite, mesurée par la profondeur des poches. Les résultats étaient également très variables concernant l'effet sur la plaque dentaire.

Effets secondaires

Les études qui se sont intéressées aux effets secondaires n'ont pas relevé de problèmes graves. Rien ne permettait par ailleurs de conclure qu'il existait des différences d'un dispositif à l'autre concernant des effets secondaires plus légers comme l'irritation gingivale.

Conclusion

L'utilisation de fil dentaire ou de brossettes interdentaires en sus du brossage pourrait réduire les problèmes d'inflammation des gencives et/ou de plaque en comparaison avec le brossage seul. Les données probantes concernant les cure-dents et irrigateurs oraux sont limitées et très variables. Les critères d'évaluation ne concernaient que le court terme et la majorité des participants présentaient au début de l'étude un faible niveau d'inflammation gingivale. Les données recueillies dans le cadre de cette revue présentaient un faible ou très faible niveau de preuve, et les effets observés étaient minimes et potentiellement non pertinents.

Implications pour la pratique

En comparaison avec le brossage seul, le recours au fil dentaire ou aux brossettes interdentaires en sus du brossage pourrait contribuer à combattre l'inflammation gingivale et/ou la plaque dentaire. ✦

Worthington HV, MacDonald L, Poklepovic Pericic T, Sambunjak D, Johnson TM, Imai P, Clarkson JE. Home use of interdental cleaning devices, in addition to toothbrushing, for preventing and controlling periodontal diseases and dental caries. Cochrane Database of Systematic Reviews 2019, Issue 4. Art. No. : CD012018. DOI: 10.1002/14651858.CD012018. pub2.

*IC = intervalle de confiance

