Your mouth
Your story

Comment savoir si je souffre de sécheresse buccale ?



Avez-vous la bouche sèche ? Apprenez à reconnaître la sécheresse buccale

La **xérostomie** est le terme médical qui désigne la **sécheresse buccale.**

- Vieillissement
- Médicaments (contre l'hypertension, la dépression, les allergies, etc.)
- Maladies (diabète, dépression, maladies auto-immunes)
- Traitements tels que la radiothérapie

Important : **Il n'est pas normal de vivre avec la bouche sèche.**

Signes d'alerte

- Avez-vous la bouche sèche au réveil ou tout au long de la journée ? — Oui / Non
- Devez-vous boire de l'eau régulièrement pour parler ou avaler ? — Oui / Non
- Est-ce que vous évitez les aliments secs parce qu'ils collent à la bouche ? — Oui / Non
- Est-ce que votre langue colle au palais ? — Oui / Non
- Avez-vous la langue rugueuse, fendue ou qui vous brûle ? — Oui / Non
- Avez-vous constamment mauvaise haleine ? — Oui / Non
- Avez-vous l'impression que le goût des aliments a changé ? — Oui / Non
- Ressentez-vous une sensation de brûlure dans la bouche ou la gorge ? — Oui / Non
- Avez-vous du mal à parler pendant longtemps parce que vous avez la bouche sèche ? — Oui / Non
- Avez-vous des difficultés avec votre prothèse dentaire, ou celle-ci se desserre-t-elle facilement ? — Oui / Non

Si vous avez répondu « oui » à **au moins 3 de ces questions**, consultez votre dentiste

Essayez ce test rapide à faire chez vous :

- Placez une cuillère propre contre l'intérieur de votre joue
- Si **cela colle et est difficile à enlever**, vous souffrez peut-être de sécheresse buccale

Pourquoi la détection est-elle si importante ?

Quand il n'y a pas assez de salive :

- Les **caries** et les **infections** se multiplient
- Il devient plus difficile de **manger, parler et dormir**
- Votre **qualité de vie** pourrait se détériorer

Une détection précoce permet **d'éviter les complications**

Une initiative de

DENTAID
Oral health. Better life.

Bibliographie

• Cannon, B., et al. (2023). Polypharmacy and xerostomia in older adults: a systematic review. *Journal of the American Geriatrics Society*, 71(1), 123–135.

• Han, P., et al. (2015). Dry mouth: a critical topic for older adult patients. *Journal of Prosthodontic Research*, 59(1), 6–19.

• Hayslett, R. L., & Marshall, T. A. (2025). Clinical evaluation of xerostomia. *Dental Clinics of North America*, 69(2), 123–139.

• López-Pintor, R. M., et al. (2016). Xerostomia and salivary gland hypofunction in systemic diseases. *Medicina Oral, Patología Oral y Cirugía Bucal*, 21(3), e250–e255.

• Niklander, S., et al. (2017). Oral manifestations in systemic conditions. *Medicina Oral, Patología Oral y Cirugía Bucal*, 22(5), e554–e561.

• Pai, S., et al. (2001). Development of a visual analog scale for subjective assessment of xerostomia. Oral Surgery, *Oral Medicine, Oral Pathology*, 91(3), 311–316.

• Pedersen, A. M. L., et al. (2018). Salivary secretion in health and disease. *Journal of Oral Rehabilitation*, 45(9), 730–746.

• Pina, G. S., et al. (2020). Prevalence of xerostomia in older adults: a systematic review. *Gerodontology*, 37(4), 317–327.

• van der Putten, G. J., et al. (2011). Xerostomia and medication use in the elderly. *Clinical Oral Investigations*, 15(2), 185–192.

• Villa, A., Connell, C. L., & Abati, S. (2015). Diagnosis and management of xerostomia and hyposalivation. *Therapeutics and Clinical Risk Management*, 11, 45–51.