

**Zeitschrift:** Das Rote Kreuz : offizielles Organ des Schweizerischen Centralvereins vom Roten Kreuz, des Schweiz. Militärsanitätsvereins und des Samariterbundes

**Herausgeber:** Schweizerischer Centralverein vom Roten Kreuz

**Band:** 44 (1936)

**Heft:** 1

  

**Artikel:** Les dents et la santé

**Autor:** [s.n.]

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-973268>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 21.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

## Les dents et la santé.

Nous demandions un jour à un marchand de porcelaine pourquoi celle de tel pays était meilleure que celle des autres. «Ah,» nous répondit-il, «c'est parce qu'on y emploie le durcissant qui convient. Le profit que vous retirez d'une chose dépend de ce que vous y mettez.» Nous croyons pouvoir dire sans nulle irrévérence qu'il en va de même de la nature. Si l'on veut qu'un enfant ait de bonnes dents, il faut que le régime de la mère pendant la grossesse contienne une quantité suffisante des vitamines et des sels de chaux qui contribuent à la formation des os et des dents. Il importe donc qu'elle absorbe des vitamines A (lait, crème, beurre, œufs, fromage, huile de foie de morue, viande fraîche, sardines, poisson et légumes verts) et des vitamines C (jus d'orange ou de citron, tomates). Une cuillerée de jus d'orange donnée tous les jours à l'enfant favorisera la formation de ses dents et de ses os.

Les dents de lait devraient normalement être toutes poussées entre deux ans et deux ans et demi. Pendant les dix années suivantes, les dents de l'âge adulte se forment dans leurs alvéoles. La perte ou la carie des dents de lait est un malheur, car, sans elles, l'enfant ne peut se nourrir convenablement. Dès l'âge de trois ans, l'enfant doit être mené fréquemment chez le dentiste, et, en ce cas, il y a de grandes chances pour que les visites ne soient pas douloureuses.

Si les dents sont mal placées, il faut souvent en accuser, entre autres cas, la «sucette», cette abomination qui exerce une pression sur les petites dents neuves et les déplace. L'habitude de sucer le pouce est aussi mauvaise, bien que cer-

taines mères et tous les bébés considèrent ce doigt comme le remplaçant naturel de la tétine. La cause des dents saillantes est parfois l'habitude de respirer par la bouche. Si ce n'est pas simplement une manie qui peut être corrigée, il faut faire examiner le nez pour déceler la présence de végétations ou de tout autre obstacle à la respiration.

L'usage de terminer le repas par un dessert sucré est à la base de bien des maux de dents. S'il faut absolument un aliment doux pour finir, pourquoi ne pas prendre un fruit tel que l'orange ou la pomme, ou encore un toast, une croûte de pain? Donnez aux petits enfants des choses dures à mâcher, mais veillez à ce qu'elles ne soient pas d'une dimension permettant de les avaler tout entières. C'est pour avoir mal mastiqué leurs aliments pendant leurs jeunes années que bien des personnes souffrent de troubles de la digestion.

On a également tort de boire en mangeant, habitude presque universelle. Le liquide amollit les aliments et supprime la nécessité de les mastiquer, moyen qu'emploie la nature pour mélanger la salive, suc digestif, avec la nourriture. Mieux vaut boire avant, après, ou mieux encore, entre les repas.

Des dents en mauvais état constituent un véritable foyer d'infection pour tout le corps et peuvent causer ou aggraver un certain nombre de maladies. Les bactéries, ou toxines, qu'elles mettent en mouvement, peuvent s'introduire dans le cours du sang et affecter d'autres parties du corps; aussi, est-il sage de faire soigner la moindre carie avant qu'elle ne s'infecte.

La première chose à faire pour éviter

la carie des dents, c'est de veiller à leur propreté parfaite. Elles doivent être brossées minutieusement avec un mouvement circulaire et non seulement latéral, afin d'éviter que les poils de la brosse n'irritent la gencive au collet. Il n'est pas indispensable de se servir d'une pâte dentifrice. Certains dentistes recommandent de mettre un peu de sel dans l'eau que l'on emploie. D'autres conseillent simplement le savon, mais ce qui importe réellement, c'est le brossage. La brosse doit être convenablement rincée et séchée après usage. Une excellente habitude consiste, après les repas, à passer entre les dents un bout de fil ciré. Il faudrait se brosser les dents après chaque repas, mais surtout n'oubliez jamais de le faire avant de vous mettre au lit.

Le bon état des dents est considéré actuellement comme un facteur si important de la santé générale que plusieurs compagnies d'assurance sur la vie, dans des pays étrangers, procurent gratuitement des soins dentaires à leurs assurés. Elles savent donc que, pour bien se porter, il est essentiel de posséder des bonnes dents. L'examen périodique et le traitement des dents des écoliers londoniens ont donné d'étonnants résultats: une inspection, pratiquée en 1906 dans une école, révéla que 95 % des enfants âgés de 8 à 12 ans avaient des dents cariées. En 1927, 4 % seulement des élèves de cette même école avaient besoin d'être traités, les caries légères ayant été régulièrement soignées.

### Fort mit dem Nüggel (Gummisauger).

Mit drei Monaten beginnt der Säugling instinktmässig, Gelegenheit zu suchen, seinen sich bildenden Kauapparat zu betätigen. Er möchte seine Zähnchen herausbeissen, beisst in seine Fingerchen, in seine Spielsachen, Deckbett usw. Nun ist der Moment gekommen, wo die Mutter dieses natürliche Bedürfnis des Kindes befriedigen muss. Eine Mutter, die ihrem Kind den «Nüggel» gibt, betrügt ihr Kind. Es saugt und saugt, bis es endlich einschläft, anstatt dass ihm für sein Kaufbedürfnis und für seine Entwicklung die *natürlichen Aufbaustoffe* geboten werden.

Wird dieser Augenblick verpasst und das Kaubedürfnis nicht befriedigt, so entwickelt sich der Kaumuskel nicht. Anstatt zu beissen, zu mahlen und zu speicheln, beginnt das Kind seine weiche

Nahrung zu schlingen, und das sollte verhütet werden.

Die natürliche Art, das Kaubedürfnis des Kindes zu befriedigen und ihm gleichzeitig die unbedingt notwendigen Aufbaustoffe zuzuführen, sind gegeben in unsern *auf natürlichem Wege ultraviolett bestrahlten Bergzerealien*, die bis auf 1800 m Höhe gedeihen.

Auch die Frage der völligen Auswertung der für das Kind wichtigen Eigenschaften unserer Bergzerealien ist gelöst. Sie besteht in der Herstellung des sogenannten harten Haberstengels, der in seiner Zusammensetzung unerreicht ist.

Mit der Gewöhnung des Kindes an den Haberstengel wird sich mit der Zeit die Herstellung eines ähnlich zusammengesetzten Nationalbrotes aufdrängen.

Alfred Flückiger, Konolfingen.