

Zeitschrift: Générations plus : bien vivre son âge
Herausgeber: Générations
Band: - (2011)
Heft: 20

Rubrik: Santé

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: 18.02.2026

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



Comment conserver UN SOURIRE ÉCLATANT?

«Entre deux rendez-vous chez le dentiste, je souhaite blanchir mes dents avec une pâte commercialisée à cet effet. Quelles sont les précautions à prendre?» **Lisette, Cormondrèche (NE)**



Claire-Hélène Chalus
pharmacienne
responsable

CAPITOLE
PHARMACIES-APOTHEKEN
BIOPÔLE

Pour avoir un beau sourire, la couleur de la denture est parfois importante. Le dentiste et le pharmacien peuvent vous aider à obtenir l'effet désiré. Le blanchiment dentaire, ou plutôt éclaircissement dentaire, permet de modifier légèrement la teinte des dents. Ces techniques sont réservées aux dents et aux gencives saines, n'ayant jamais eu de carie. En effet, les dents déjà soignées peuvent être infiltrées par les produits au niveau de la jonction obturation/dent, ce qui peut provoquer une nécrose de la dent.

Un produit comme le Depurdent permet un nettoyage optimal de la surface dentaire, grâce à son action de polissage. Cette pâte contient de la pierre ponce à granulation fine qui possède une action abrasive. C'est un produit complètement naturel, c'est-à-dire sans agents blanchissants chimiques, ni enzymes, ni agents conservateurs. Selon la nécessité, il peut être utilisé une à deux fois par semaine.

Un vernis sur la surface

En ce qui concerne la technique de blanchiment externe, il existe plusieurs produits sur le marché qui agissent sur la surface des dents. Parmi ceux-ci, les dentifrices blanchissants peuvent avoir un léger effet de blanchiment sur les dents pendant la période d'utilisation. Ce sont des produits contenant de l'eau oxygénée, dont l'action décolore le pigment des dents. Ils sont utilisables avec peu de risques. On peut obtenir le gain d'une teinte par rapport à la couleur de ses dents avant traitement. La possibilité d'appliquer un vernis sur la surface de la dent

existe également. Cette technique permet d'obtenir en quelques secondes un effet blanc naturel. Mais attention! Le film en surface ne résiste pas: il ne restera en place que jusqu'au prochain repas. Il faut donc renouveler l'application.

Et les recettes de grand-mère...

Le bicarbonate de soude et l'eau oxygénée peuvent avoir une action blanchissante, mais aussi anti-tartre et anti-plaque dentaire. Il faut néanmoins être prudent, car la gencive peut s'irriter en cas d'utilisation prolongée.

L'acidité du citron permet de réduire le tartre, mais il peut également dissoudre l'émail à long terme. L'utilisation doit donc être limitée à deux fois par semaine. Après ce soin, il est conseillé de passer un morceau de pomme pour rendre les dents lisses, tout en déposant une fine protection naturelle en surface.

Café et thé à éviter

Il est sans doute important de rappeler que, pendant la période de traitement blanchissant, la consommation de café ou de thé est à éviter. Ces boissons peuvent en effet entraîner des colorations. Et au cas où un fumeur souhaite éclaircir ses dents jaunies par le tabac, il devra de préférence arrêter de fumer au préalable. Dans le cas contraire, il prendra le risque de voir les colorations revenir de manière encore plus importante. Avec tous ces conseils, il ne vous reste plus qu'à croquer la vie à pleines dents...