

# 4 BONNES RAISONS

de continuer à aimer  
ses dents

- 1 Rester en bonne santé**  
L'apparition de caries peut causer des tendinites et des problèmes d'articulation sur tout le corps rendant difficile la pratique d'un sport.
- 2 Favoriser le bon développement des dents de sagesse**  
Il est en effet important de vérifier que vos dents de sagesse ont assez de place et que les autres dents n'ont pas de caries.
- 3 Pouvoir sourire à tout moment**  
Dents jaunies, tartre et dépôts d'aliments entre les dents apparaissent lorsqu'on néglige le brossage des dents.
- 4 Garder une haleine fraîche**  
La mauvaise haleine est dans la plupart des cas causée par une mauvaise hygiène de la bouche.



Pour en  
savoir plus...

Je m'informe sur la prévention  
des caries et les traitements  
envisageables sur

@[ameli-sante.fr](https://www.ameli-sante.fr)

Je trouve un dentiste  
proche de chez moi en me  
connectant sur

[ameli-direct.fr](https://www.ameli-direct.fr)

Je retrouve les informations  
relatives au programme  
M'T dents en me  
connectant sur

[ameli.fr](https://www.ameli.fr)  
L'ASSURANCE MALADIE EN LIGNE

mon  
parcours  
d'assuré

Vitale



# 132 POSES

et autant de bonnes raisons  
de profiter des rendez-vous  
gratuits

M'T  
dents



DEP-MT Dents 15/18 - 11/13 - © Corbis - Getty - ANIMALIE - R.C.S. Paris B 378 899 363.



L'Assurance  
Maladie



# 32 DENTS

dont il faut prendre soin toute sa vie

Les dents, c'est pour la vie! En adoptant de bons réflexes au plus tôt, vous évitez des soins longs et coûteux plus tard :



### • Limiter les sucreries et les boissons sucrées.

L'acidité des sodas et le sucre fragilisent les dents en provoquant une destruction de l'émail. C'est la première étape de la carie.



### • Continuer à se laver les dents 2 fois par jour.

Effectuer au moins 2 brossages par jour, le matin et le soir, de la gencive vers la dent, pendant 2 minutes.



### • Changer sa brosse à dents tous les 3 mois.



## BON À SAVOIR

**Les caries et les bactéries attaquent la nuit.** Il est important de se laver les dents avant de se coucher et ne plus manger ensuite.



## Les rendez-vous C'EST JUSQU'À 18 ANS!

L'Assurance Maladie vous invite à des rendez-vous de prévention dentaire à 15 et 18 ans, âges les plus exposés aux caries. C'est l'occasion de prendre l'habitude d'aller consulter régulièrement un dentiste.



### Comment se passe le rendez-vous ?

- Le dentiste examine vos dents et vos gencives.
- Il répond à vos questions et vous donne des conseils pour éviter les problèmes dentaires : brossage, hygiène alimentaire...



### Et si des soins sont nécessaires ?

- Si besoin, le dentiste effectue une radio de vos dents.
- Il peut réaliser un détartrage.
- Il peut aussi traiter une ou plusieurs caries ou les racines de vos dents.



**Les soins sont à réaliser dans les 9 mois qui suivent le rendez-vous.** L'orthodontie et les prothèses ne sont pas prises en charge.



M'T dents c'est **100%** FACILE...

Vous allez bientôt avoir 15 ou 18 ans ?



Vous recevez un courrier, 1 mois avant votre anniversaire, vous invitant à prendre rendez-vous rapidement avec le dentiste de votre choix.

...et **100%** OFFERT

Les rendez-vous de prévention M'T dents et les soins nécessaires sont offerts :

- **Sans avance de frais de votre part.** C'est l'Assurance Maladie qui règle directement l'examen au dentiste.
- **En cas de traitement des caries et des racines des dents,** vous ou vos parents avancez les frais. Néanmoins, l'Assurance Maladie vous rembourse à 100% si les soins sont effectués dans l'année qui suit votre anniversaire.