

Le tabagisme et la santé de la bouche

La consommation de tabac est la cause la plus courante de cancer de la bouche. Le cancer de la bouche peut affecter les lèvres, la langue, les joues, les gencives, le palais ou le dessous de la langue.

Vous risquez de développer un cancer de la bouche :

- en fumant — cigarettes, cigares, ou pipes. Les fumeurs de cigarettes courent six fois plus de risques de souffrir d'un cancer de la bouche que les personnes qui n'ont jamais fumé.
- en consommant du tabac sous une autre forme — tabac à chiquer (mâcher), tabac à priser et tabac à sucer. Les consommateurs de tabac non fumé courent environ 50 fois plus de risques de développer un cancer de la joue, des gencives et de l'intérieur des lèvres que les personnes qui ne consomment pas de tabac sous cette forme.

Quelle que soit la forme de tabac utilisée, consommer du tabac :

- › augmente votre risque d'attraper une maladie des gencives ou de perdre des dents;
- › entraîne des ulcérations dans la bouche qui refusent de guérir;
- › ralentit la guérison après une opération chirurgicale des gencives;
- › tache vos dents, vos obturations (plombages) et votre langue;
- › réduit le goût et l'odorat;
- › donne mauvaise haleine.

Le tabac non fumé

Le tabac non fumé contient de la nicotine, des produits sucrants, des agents abrasifs, des minéraux et plus de 3 000 autres produits chimiques. Plus de 28 de ces produits chimiques sont cancérigènes (causent le cancer).

Les gens qui consomment du tabac non fumé absorbent de 3 à 4 fois plus de nicotine que les fumeurs de cigarettes. La nicotine est absorbée dans le sang par l'intermédiaire des tissus de la bouche. La consommation de 8 à 10 portions de tabac à chiquer ou à sucer produit la même quantité de nicotine que de 30 à 40 cigarettes.

Les produits chimiques contenus dans le tabac non fumé peuvent entraîner des ulcérations et des fissures qui saignent dans les lèvres et dans les gencives. La consommation de tabac non fumé à long terme peut entraîner un cancer de la langue, de la gorge, des gencives, du palais ou du dessous de la langue.

Les abrasifs contenus dans le tabac sans fumée détruisent la surface des dents. De plus, le sucre contenu dans ce type de tabac augmente les risques de carie.

Symptômes d'un cancer de la bouche

Si vous remarquez l'un des symptômes suivants, consultez immédiatement votre dentiste ou votre médecin de famille :

- › bosse ou section dure, ridée, ou enflée dans votre bouche
- › taches ou points blancs, rouges ou gris dans votre bouche, qu'ils fassent mal ou non
- › douleur, sensibilité ou absence de sensations dans votre bouche ou dans vos lèvres
- › ulcération ou irritation de votre lèvre ou à l'intérieur de votre bouche, qui refuse de guérir
- › difficulté à mâcher, à avaler, à parler ou à bouger la mâchoire ou la langue
- › changement dans la position de vos dents les unes par rapport aux autres
- › dents qui bougent
- › difficulté à porter une prothèse dentaire
- › bosse dans votre gorge
- › mal aux oreilles

Pour obtenir des renseignements supplémentaires ou du soutien pour vous aider à arrêter de fumer ou de consommer du tabac non fumé, communiquez avec les Services de la santé publique ou les Services de prévention et de traitement des dépendances de votre région, composez le 811 ou consultez le site Web <https://tobaccofree.novascotia.ca/?lang=fr>.

Gardez un beau sourire — vivez sans tabac!

Vous avez besoin d'autres informations sur des questions de santé?

Vous trouverez cette publication et toutes nos autres ressources

à l'intention des patients à <http://library.nshealth.ca/PatientGuides> (en anglais seulement).

Communiquez avec la bibliothèque publique de votre région pour obtenir des livres, des vidéos, des magazines et autres ressources. Pour plus d'informations, allez à <http://library.novascotia.ca/fr>.

Vous pouvez parler à une infirmière autorisée en Nouvelle-Écosse en tout temps, en composant le 8-1-1. Vous pouvez aussi consulter le <https://811.novascotia.ca/?lang=fr>.

Pour découvrir d'autres programmes et services offerts dans votre collectivité, composez le 2-1-1- ou allez à <http://ns.211.ca> (en anglais seulement).

La Régie de la santé de la Nouvelle-Écosse fait la promotion d'un environnement sans fumée, sans vapeur et sans parfum.

Nous vous remercions de ne pas porter et utiliser de produits parfumés.

www.nshealth.ca

Préparé par : Santé publique

Conception : Services de la bibliothèque de la Régie

Les renseignements contenus dans la présente publication sont fournis uniquement à titre d'information et d'éducation. Ils ne remplacent pas les conseils médicaux ou les soins de santé offerts par un professionnel de la santé. Si vous avez des questions, veuillez communiquer avec votre fournisseur de soins de santé.