

La CLINIQUE du
SOURIRE

LE DÉCODAGE DENTAIRE

Comment relier
les émotions et les
pathologies dentaires

Isabelle Bertieaux

SOMMAIRE

INTRODUCTION

P.3

CHAPITRE 1

P.6

LE LANGAGE CACHÉ DES DENTS

CHAPITRE 2

P.9

LES PATHOLOGIES DENTAIRES MIROIR
DE NOS ÉMOTIONS

CHAPITRE 3

P.11

EN ROUTE VERS UNE APPROCHE
HOLISTIQUE, C'EST-À-DIRE GLOBALE,
DE LA SANTÉ DENTAIRE

CONCLUSION

P.15

INTRODUCTION

Imaginez un monde, dans lequel vos dents détiennent les secrets de vos émotions les plus profondes.

Imaginez un univers, dans lequel vos dents racontent les histoires de votre âme.

Imaginez un espace, dans lequel vos dents vous permettent de déchiffrer les messages de votre santé globale.

Je vous souhaite la bienvenue dans ce fascinant voyage du décodage dentaire grâce auquel nous allons explorer l'extraordinaire connexion entre nos émotions et nos pathologies dentaires.



Ce guide peut devenir votre compagnon essentiel pour naviguer dans un univers méconnu où, la médecine dentaire rencontre la psychologie émotionnelle.

Ce guide vous offre une perspective révolutionnaire reliant votre santé dentaire à votre santé émotionnelle.

Votre bouche est bien plus qu'un simple outil de digestion ou de communication.

C'est un sanctuaire d'émotions où chaque dent incarne une facette de votre vie émotionnelle.

Des caries apparemment banales, des gingivites agaçantes, des douleurs térébrantes, des abcès persistants, des sensibilités irritantes, des extractions inévitables, chaque maladie dentaire porte en elle une histoire émotionnelle qui attend d'être découverte.

Ce guide dévoile les mystères cachés derrière les pathologies dentaires, vous menant sur le chemin de l'autoguérison par une compréhension approfondie des liens entre vos dents et vos émotions.

Ce guide vous promet une transformation profonde non seulement de votre santé dentaire mais aussi de votre bien-être émotionnel.

Ce guide est un voyage d'épanouissement pour retrouver une harmonie où le sourire reflète la douceur de votre âme.



AVANT DE COMMENCER, QUI EST ISABELLE BERTIEAUX ?



Je suis le **Docteur Isabelle Bertieaux**, chirurgienne-dentiste diplômée en Belgique en 1985.

Depuis plus de quarante ans, je développe une pratique dentaire globale et personnalisée, attentive à la **santé**, au **confort** et à la **beauté du sourire**.

Je me suis enrichie de nombreuses formations en France et à l'international, notamment en **dentisterie esthétique**, **dentisterie biomimétique**, **parodontologie**, **implantologie**, **orthodontie** et approches complémentaires de la santé bucco-dentaire.

J'utilise des **technologies actuelles** et des **matériaux sélectionnés** selon leur indication clinique, leurs propriétés et leur **tolérance biologique**.

Au cours de mon parcours, j'ai accompagné plus de **40 000 patients**. J'ai créé six cabinets dentaires et fondé, en 2018, la Clinique du Sourire à Die, dans la Drôme.

Aujourd'hui, au-delà des soins dentaires de base, j'ai développé une **expertise dans l'accompagnement des parcours de soins**. Je conçois des **parcours personnalisés** afin de rechercher un **sourire naturel et harmonieux**, adapté à la **santé**, au **visage** et à la **personnalité** de chaque patient.

CHAPITRE 1

LE LANGAGE CACHÉ DES DENTS

Dans le monde fascinant du corps humain, chaque organe, chaque élément possède son propre langage.



C'est une façon unique de communiquer des vérités souvent ignorées par notre conscience.

Dans cette communication interne, l'un des aspects les plus intrigants est sans doute celui des dents.

Bien plus que de simples outils de fonction et d'esthétique, les dents sont un miroir de notre état général de santé et un reflet de notre vécu émotionnel.

Selon les principes de la médecine holistique, c'est-à-dire globale, chaque dent est reliée à un organe spécifique, ce qui signifie que les problèmes dentaires ont des répercussions sur d'autres parties de notre corps, sur la circulation énergétique, sur les organes de structure, sur la posture et sur nos émotions.

COMMENT INTERPRÉTERER CES SIGNAUX ?

- 1 La médecine traditionnelle chinoise offre un aperçu fascinant de la manière dont nos dents communiquent avec l'ensemble de notre organisme.

Jumelée à la cartographie des méridiens, cette approche révèle qu'une douleur liée à une dent précise indique un déséquilibre ou une faiblesse dans l'organe correspondant.

- 2 Le stress et les émotions négatives ont une incidence directe sur nos comportements et sur notre santé bucco-dentaire. Par exemple : Le bruxisme (grincement ou serrement des dents) correspond à un exutoire physique au stress mental et émotionnel. Celui-ci endommage les dents et révèle une frustration profonde non exprimée.

- 3 Les dents sont le siège de souvenirs anciens, d'émotions refoulées qui se sont encapsulées dans notre inconscient. Les traumatismes émotionnels, ceux de notre enfance, et ceux de notre vie, se reflètent dans la santé de nos dents.

- 4 La manière dont nous prenons soin de nos dents révèle beaucoup sur notre rapport à nous-mêmes. Par exemple, une hygiène dentaire négligée traduit parfois un manque d'estime de soi, la mise en place d'un autosabotage.

- 5 De la même manière, une obsession excessive pour la blancheur ou la perfection des dents reflète une quête de contrôle, une peur de l'âge, la peur de se perdre, de perdre son image parfaite.



C'est ainsi que l'on peut commencer à décoder le langage caché de nos dents par une observation attentive de nos habitudes, de nos réactions aux différents stress de la vie et de nos schémas récurrents.

Prendre conscience de ces dynamiques est un premier pas vers un équilibre plus sain.

Nos dents sont les sentinelles de notre bien-être extérieur et de nos secrets les plus profonds.

Apprendre à écouter ce qu'elles ont à nous dire, améliore notre santé dentaire et aussi notre santé globale.

Cette prise de conscience, nous fait avancer sur le chemin de notre guérison émotionnelle, psychique et physique.

La prochaine fois que vous aurez un problème dentaire, demandez-vous ce que vos dents essaient de vous dire.

Vous serez surpris de découvrir la profondeur du lien entre votre bouche, le reste de votre corps et de votre esprit.

CHAPITRE 2

LES PATHOLOGIES DENTAIRES MIROIR DE NOS ÉMOTIONS

Nos problèmes dentaires, nos pathologies dentaires ne sont pas simplement des affections isolées de la bouche.

Bien au contraire, elles sont le miroir de ce qui se passe ailleurs dans notre corps, dans notre esprit.

Ce chapitre explore la connexion profonde entre nos émotions, notre bien-être global et la santé de notre bouche.

Il va illustrer comment certaines affections dentaires peuvent servir de baromètre sur notre état émotionnel et psychologique.

1

LE STRESS ET L'ANXIÉTÉ

Le lien entre le stress, l'anxiété et les pathologies dentaires est bien documenté.

En effet, sous l'effet du stress, beaucoup de personnes développent des habitudes néfastes pour leur bouche tel que le grincement des dents appelé bruxisme, ou le serrement des dents.



Ces comportements entraînent une usure excessive des dents, des douleurs dans la mâchoire, des troubles de l'articulation temporo-mandibulaire (ATM), une hypersensibilité dentaire, une perte du pouvoir masticatoire, une transformation esthétique notoire, un vieillissement prématuré.

Ces symptômes amplifient le stress et l'anxiété, et cela crée un cercle vicieux difficile à briser.

2 LA DÉPRESSION, LA PERTE D'ESTIME DE SOI

Ce mal-être émotionnel influence de manière significative la motivation à prendre soin de soi, y compris de sa santé dentaire.

La négligence des routines d'hygiène bucco-dentaire, comme le brossage des dents, l'utilisation de fil et de brossettes interdentaires entraîne des caries, de la gingivite et d'autres complications.

Les médicaments prescrits pour la dépression ont des effets secondaires, comme la diminution notoire de la salivation qui entraîne une bouche sèche, appelée la xérostomie, empêchant la reminéralisation des dents par la salive.

Les troubles alimentaires : prise de sucre excessive, en quantité et en fréquence, alimentation pauvre en nutriments mais riche en adjuvants industriels, anorexie, boulimie entraînant des vomissements à répétition qui détruisent l'émail des dents.

Il est important pour ses patients de retrouver la joie et le bonheur d'être vivant, pour qu'il retrouvent la motivation à rétablir des pratiques d'hygiène bucco-dentaire et de comportement alimentaire correct.

CHAPITRE 3

EN ROUTE VERS UNE APPROCHE HOLISTIQUE

1

LES LIENS ÉTROITS ENTRE NOTRE MAUVAISE SANTÉ DENTAIRE ET LES MALADIES SYSTÉMIQUES

À ce jour, de nombreuses études démontrent qu'il existe un lien étroit entre notre mauvaise santé bucco-dentaire et des maladies, telles que :

Les maladies cardiovasculaires, le diabète, la dépression, les maladies ostéo-articulaires, les rhumatismes, les tendinites, les maladies d'Alzheimer, de Parkinson, certains cancers comme le cancer du côlon, la perméabilité intestinale, la sclérose en plaques...

Cette connexion souligne l'importance d'avoir une vision globale de la santé dans laquelle la prévention et les soins dentaires seront intégrés dans un cadre beaucoup plus vaste.



Cette connexion souligne l'importance d'adopter des pratiques de vie saine :

- Adopter une alimentation équilibrée fournit les nutriments nécessaires, non seulement à la solidité des dents, à la santé des gencives, et aussi à la prévention de nombreuses maladies comme les aliments riches en : calcium, vitamine D, phosphore, vitamine B, oméga 3, silicium, sélénium, vitamine C, antioxydants, coenzyme Q10... qui sont particulièrement bénéfiques pour la santé dentaire.
- Réduire la consommation de sucre raffiné, d'aliments acides, d'aliments pauvres en nutriments, afin de diminuer grandement le risque de carie et d'érosion dentaire.
- Boire beaucoup d'eau, afin d'hydrater ses cellules, et aussi hydrater notre bouche.
- Porter une attention particulière sur la gestion du stress : techniques de relaxation, méditation, yoga, reconnexion à la nature aident à réduire le stress et par extension protègent la santé de notre bouche.
- L'hygiène quotidienne bien que fondamentale gagne à être envisagée sous un angle holistique. Cela signifie d'utiliser des produits adaptés non agressifs pour la bouche exempts de substances potentiellement nocives.

Sans entrer dans les détails, on privilégiera des dentifrices et des bains de bouche naturels à base d'ingrédients comme l'aloe vera, le bicarbonate de soude, l'eau oxygénée, des huiles végétales (de sésame, de coco, de courge...) et des huiles essentielles (de tea tree, de laurier noble, de lavande, de camomille, de girofle, de cannelle..) constituent d'excellentes alternatives aux produits conventionnels.

- Les facteurs environnementaux, tels que la qualité de l'air et de l'eau, influencent directement notre santé bucco-dentaire : l'exposition à certains produits chimiques à travers l'eau potable fait l'objet de débat quant à ses impacts potentiels sur la santé. Pour minimiser les expositions nocives, il faut envisager des méthodes alternatives de soins et de prévention.
- L'acupuncture, l'homéopathie, la phytothérapie, l'aromathérapie, la naturopathie proposent des traitements complémentaires intéressants pour maintenir, voire pour restaurer la santé dentaire sans avoir les effets secondaires parfois associés aux médications conventionnelles.

Embrasser une approche holistique, c'est à dire globale, de la santé dentaire signifie en reconnaître la complexité.

- C'est reconnaître l'interdépendance qui existe entre l'impact sur le corps physique et l'impact sur le corps psychique.
- C'est prendre conscience que l'on chemine sur notre chemin, et que cela implique que prendre soin de sa santé dentaire fait partie intégrante d'un tout, NOUS !



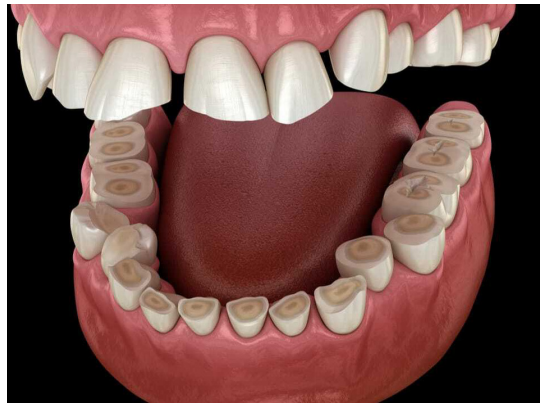
Agir sur son alimentation, sur la gestion de son stress, sur son hygiène quotidienne, sur son environnement, sur son esprit, explorer des voies alternatives de soins offre une perspective enrichissante, une vision plus large pour notre santé, notre bien-être et notre vitalité.

2

LES OPPORTUNITÉS DE CHANGEMENT QUI SONT OFFERTES PAR NOS PATHOLOGIES DENTAIRES

Sans entrer dans le détail, je vais ici expliquer la symbolique des différentes pathologies qui peuvent atteindre nos dents.

Je vais développer l'explication qu'exerce la pathologie dentaire sur notre être pour ensuite agrandir le champ d'expérience vers les opportunités qu'elle nous offre.



Il est crucial de comprendre que nos pathologies dentaires sont le miroir de ce qui se passe dans notre corps et dans notre relation au monde :

- les caries
- les traitements de racine ou dévitalisations
- les usures
- les fractures
- les abcès aigus
- les abcès chroniques
- les extractions
- les malpositions

CONCLUSION

Ce guide souligne donc l'importance :

- D'adopter une approche holistique de notre santé.
- De créer un partenariat avec les patients pour explorer les stratégies à mettre en place afin de gérer le stress et les émotions négatives, ce qui permettra de protéger une bonne santé dentaire.
- D'analyser les habitudes de vie et les préoccupations émotionnelles, afin d'élaborer des plans de traitement personnalisés qui tiennent compte de l'individu dans sa globalité.
- De reconnaître que la relation entre nos émotions et nos pathologies dentaires est un pas vers une meilleure santé globale.
- De comprendre que derrière chaque pathologie, se cache une explication, une histoire, un ressenti.
- De reconnaître et d'accepter qu'il existe une connexion indissociable entre notre corps, notre esprit et notre vie.

Nos bouches ne sont pas des entités séparées de nos corps et de nos esprits, elles en sont une extension.

Les maux de dents sont souvent le miroir de nos tourments !

Puisse ce guide vous être utile dans votre quête pour avoir un plus beau sourire, un sourire qui, loin de se flétrir, va pouvoir s'épanouir avec grâce et vigueur.





Si vous désirez révéler votre sourire
sur un terrain en bonne santé

› Prenez un RDV
téléphonique à la
Clinique du Sourire



This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

