Soirmagazine

Animé par Naïma Yachir

Numéro 208

soirmagazine@yahoo.fr

ENTRETIEN

«Les brosses à dents sont accrochées dans les salles de bains comme bibelots !»

Après plus de dix années d'exercice comme chirurgien-dentiste dans un cabinet de groupe, Dr Abdelhakim Chabane pose un regard aiguisé sur la bouche des Algériens. Il analyse l'hygiène buccodentaire de ses concitoyens et donne des conseils pour une bonne dentition.

Lire en page 12

C'EST MA VIE

Bahia, ce boute-en-train

Bahia, la quarantaine bien entamée, le visage livide, les yeux cernés, traîne la jambe en faisant les cent pas dans les couloirs de l'hôpital. Elle y séjourne depuis un mois et elle apprend à vivre avec les autres.

VOYAGE CULINAIRE

Chorbet el Khayel, une soupe bien de chez nous

Nous allons rester dans la région de Kabylie, et ce, pour vous faire partager une très vieille recette du patrimoine culinaire berbère que les autochtones avaient pris pour tradition de préparer à l'occasion de fêtes religieuses ou autres.

Lire en page 13

Les Algériens et leur hygiène buccodentaire, une relation en dents de scie

Photos : DR

Un beau sourire et tous les soucis s'envolent ! Oui, mais comment le garder si sa bouche est en mauvais état ? Les Algériens ont en pris conscience et font attention à leur hygiène buccodentaire. Ils témoignent.

Par Sarah Raymouche

Meriem, maman de quatre enfants : «Une continuelle obsession»

Meriem le sait et ses dents s'en souviennent : «Ne pas se brosser les dents de façon régulière provoque des séquelles et des douleurs atroces !» «Durant deux jours, lorsque j'étais adolescente, j'ai eu mal aux dents et c'était vraiment la torture. Depuis que j'ai soigné mes dents, je fais très attention à ma dentition jusqu'à pratiquement l'obsession. Pourtant, ma mère faisait très attention et nous suivait régulièrement. Dès qu'un semblant de carie pointait ou bien après la visite du médecin à l'école qui la suspectait, nous partions directement chez le dentiste. Je me rappelle parfaitement le plombage au plomb qui se pratiquait alors. Mais je pense que ma mère ne nous imposait pas assez de nous brosser les dents surtout après le petit-déjeuner et le déjeuner ; et là, c'était une erreur. Comme je l'ai raconté plus haut, j'ai eu une rage de dent que je n'arrive toujours pas à oublier. Maintenant, je brosse mes dents régulièrement, je fais attention à ce que je mange, je coupe les aliments en petites tranches et si c'est un sandwich, je prends des petites bouchées. Je me brosse les dents trois par jours et après le repas, j'utilise le fil dentaire.

Dans le cas où je ne peux pas me brosser les dents, et cela n'arrive que très rarement, je mange pendant quelques minutes du shwingum. Je me rends chez le dentiste de façon régulière pour vérifier si tout va bien. Maintenant, avec mes enfants, je pense que je continue d'être obsédée. Je veille à ce qu'ils ne mangent pratiquement pas de bonbons sauf si on leur offre. Ils brossent leurs dents de façon régulière quitte à ce que je perde un temps fou dans la salle de bain avant de les coucher. Je ne veux vraiment pas qu'ils connaissent la même douleur que celle que j'ai vécue.

Naïma, dermatologue, maman de deux enfants : «Je suis mon dentiste où il va»

C'est très sérieusement et docte-ment que Naïma répond à notre question : «Mes dents sont très fragiles, je suis une personne de santé sensible. Donc, je fais très attention à l'hygiène de ma bouche. Ce n'est pas lié uniquement au brossage quotidien et régulier. Vous savez les dents, tôt ou tard, elles perdent un peu de leur éclat. Elles vieillissent en quelque sorte. Donc, même cette étape je la prépare, pour éviter d'être une vieille femme tout à fait édentée qui s'accroche à son dentier. J'ai un dentiste qui me suit depuis des années, des simples bobos de rien du tout au fixage d'une dent. Il a fait changer de façon assez régulière le siège de son cabinet dentaire. Eh bien, moi je le suis. J'ai déménagé en changeant de wilaya, eh bien, je prends un vol pour mon rendez-vous et j'évite ainsi qu'il y ait d'autres doigts qui tripotent mes dents. Je pense que c'est important de se dire qu'on a un bon dentiste. En tout cas, c'est le cas pour moi !»

«JE PRENAIS CONSCIENCE QUE LES GENS ÉVITAIENT PRESQUE DE ME REGARDER EN FACE. J'AVAIS DU MAL À CONSTRUIRE UN RELATIONNEL AVEC MES COLLÈGUES. A PARTIR DE CE MOMENT, JE DÉCIDAI DE ME PRENDRE EN CHARGE.»

Amine, 29 ans, employé : «Je ne pouvais même plus me regarder dans un miroir »

Vingt-neuf printemps à peine et la devanture entièrement ravalée. Amine est de cette génération fast-food élevée aux abus de sucreries et d'additifs chimiques. Pour le comble, Amine, chétif et de santé fragile, a ingurgité durant toute son enfance des quantités importantes d'antibiotiques pour se soigner des angines à répétition. «D'après les médecins, les antibiotiques et le manque de compensation en calcium ont fragilisé ma dentition. J'ai commencé par avoir un déchaussement de la gencive inférieure avec des saignements à répétition. En plus cela me donnait une haleine insupportable y compris pour moi» commence à témoigner cet employé d'une entreprise de distribution de détergents et produits d'hygiène. Mais le pire allait survenir à l'adolescence. Livré à lui-même sans suivi parentale, Amine allait découvrir le tabac à chiquer. «Vous savez au lycée on est souvent influencé par l'entourage. On commence par goûter par curiosité à la première cigarette puis une deuxième, ensuite on en achète par paquet. Mais dans mon cas c'était les deux, la cigarette et la chemma. L'accoutumance à cette substance m'a fait oublier toute notion d'hygiène dentaire. En plus, ces produits vous coupent l'appétit. Pis encore, dans mon cas je me suis mis à consommer beaucoup de bonbons et de chewing-gum pour masquer l'odeur en rentrant à la maison. Je commençais par perdre une première dent, je m'étais dit qu'elle était fragile. Rien de grave. Puis une deuxième. Tant que c'était des dents invisibles à mes vis-à-vis, je ne m'inquiétais pas trop. Mais le véritable premier choc, c'est lorsque j'ai perdu celle de devant. Même vos sourires deviennent honteux. Seulement, la négligence reprend vite le dessus et on perd les suivantes. Au centre de formation professionnelle que j'ai intégré après avoir raté le bac, j'essayais de voiler mes réactions pour ne pas laisser apparaître ma dentition… enfin, ce qu'il en restait. Certes, je n'ai eu aucune sensibilisation par rapport à l'hygiène des dents, mais il faut reconnaître aussi que le manque de moyens nous donne une sorte d'excuse. Lorsque j'ai commencé à travailler, je m'étais rendu compte qu'une dentition mal faite, dans mon cas presque réduite à l'accessoire, pouvait influer les rapports avec les autres. Ce fut là mon deuxième choc. Je prenais conscience que les gens évitaient presque de me regarder en face. J'avais du mal à construire un relationnel avec mes collègues. A partir de ce moment, je décidai de me prendre en charge. Malgré le salaire moyen que je touchais, j'avais un budget spécial pour le dentiste. J'ai commencé par faire des soins. Au début, je pensais qu'il s'agissait juste de poser un dentier. En fait, c'était plus compliqué. Il fallait d'abord soigner la gencive sérieusement amochée car je mâchais les aliments. Ensuite, il a fallu extraire les quelques dents qui restaient. C'était pénible et douloureux. J'avais une dent avec deux racines crochues. Pour son extraction, il a fallu carrément recourir à de la chirurgie.

Une fois tout cela fait, j'avais droit au dentier après plusieurs séances de moulage. Je ne vous dis pas ma joie, le jour où je suis ressorti de chez mon dentiste avec mes nouvelles dents : j'étais euphorique comme dans une nouvelle naissance. Une nouvelle vie commençait pour moi. Mais, pour être honnête, avec vous si j'avais su, j'aurais fait mon possible pour garder mes dents naturelles» comme quoi, sans dents, on ne peut mordre à la vie. ■

ATTITUDES

Par Naïma Yachir
naiyach@yahoo.fr

Coursa

Alignés en file indienne, les chauffeurs de taxi d'Alger-Centre, vautrés dans leur voiture attendent les clients. Une plaque indique la destination, il n'y a donc pas matière à confusion.

Salima et son petit garçon de 10 ans se dirigent vers le taxi qui est en tête de la procession. Après les salutations, elle ouvre la porte, invite son gamin à s'installer et confirme sa destination. Le conducteur se tourne vers elle et de son ton le plus désinvolte précise : «Madame, je vous prends, mais coursa.» Salima ne comprend pas. Elle regarde une seconde fois l'écriteau et comme pour se convaincre qu'elle a bien lu, réplique :

- Mais monsieur, je suis bien à la station de Hydra.

- Oui, mais nous on travaille en faisant payer le client une course.

- Et combien cela me coûterait ?

- 500 DA.

- Mais c'est du vol.

- Ecoutez, personne ne vous oblige à monter. Si ça ne vous plaît pas, arrêtez un taxi. Vous croyez que je vais me taper les embouteillages, avec l'augmentation du prix de l'essence pour des clopinettes. Vous rêvez !

- Mais c'est illégal.

- Vous me faites rire. Et vous pensez que c'est légal qu'on nous oblige à peindre nos véhicules, une peinture qui nous coûte les yeux de la tête, porter un uniforme. C'est des dépenses tout ça.

- Et c'est le client qui doit payer ?

Notre chauffeur de taxi s'énerve.

- Madame, si vous trouvez que c'est cher, prenez le bus ou essayez de héler un taxi. Vous m'en direz des nouvelles !

- Vous profitez qu'il n'y ait aucun contrôle, et vous abusez des personnes qui sont souvent pressées ou qui ont des affaires à régler en urgence pour les saigner.

Salima, outrée, n'en démord pas.

- Et bien moi je ne me tairai pas. Je ne sortirai pas du taxi et vous me conduirez là où je veux. Et je me plaindrai auprès de qui de droit.

Notre préposé au volant courroucé, sort de son véhicule, hausse le ton et somme Salima de quitter sa voiture. Une attitude qui attira ses collègues qui le calment. Ils le prennent en aparté.

«Laisse tomber, tu as affaire à une coriace qui pourrait nous attirer des ennuis.»

Il finit par céder, et démarre en trombe. Arrivée à bon port, elle jette un œil sur le compteur, lui tend l'argent au centime près et descend en lui lançant : «Comptez sur moi pour que des hors-la-loi comme vous n'escroqueront plus les honnêtes gens.» ■