

## BOUCHE SECHE (ou xérostomie)

La sécheresse de la bouche est une sensation désagréable qui s'accompagne souvent d'autres manifestations comme un dessèchement de la gorge et des impressions de brûlures. Les causes peuvent être multiples, mais la xérostomie est souvent un effet secondaire de stress, de certaines maladies ou traitements médicamenteux.

Le manque de production de salive (hyposialie) entraîne un dessèchement de la bouche, mais aussi de la gorge. Cela peut créer des douleurs lors de la déglutition ou de la mastication, mais le ressenti est très différent d'une personne à l'autre.

Le manque de salive favorise une mauvaise haleine à cause des plus grands nombres de dépôts sur la plaque dentaire. Il existe des risques d'infections buccales, de gingivite (inflammation des gencives) et de caries. Enfin, cela provoque aussi une sensation de soif accrue.

Il existe plusieurs causes pour la sécheresse de la bouche (xérostomie) comme le stress, la cigarette ou encore le vieillissement. En outre, certaines personnes ont aussi l'habitude de respirer par la bouche, surtout la nuit car cela empêche la salive de se former.

Ensuite, certaines maladies provoquent cette xérostomie à cause d'une grande déshydratation, notamment lorsqu'elles sont accompagnées de fièvre et diarrhées, mais aussi d'encombrement des voies ORL.

Il existe aussi la maladie de Gougerot-Sjögren qui atteint directement les glandes salivaires et qui intervient surtout chez la femme entre 40 et 60 ans.

La sécheresse de la bouche peut aussi être liée à la prise de certains médicaments et particulièrement ceux qui luttent contre l'anxiété, le stress ou la dépression, les antidépresseurs, les anxiolytiques ou les neuroleptiques. Les antihistaminiques, pour lutter contre les allergies, ainsi que certains traitements prescrits dans le cadre de chimiothérapies anticancéreuses sont également signalés comme provoquant cet effet.

S'il n'est pas toujours possible de faire de la prévention, il existe quelques mesures pour éviter cette sensation.

- Ne pas hésiter à boire régulièrement dans la journée,
- Activer la salivation en suçant des bonbons ou des gommes,

- Eviter les boissons ou les aliments qui accentuent la déshydratation, comme l'alcool, le café et les produits salés ou sucrés (chips, bonbons...),
- Favoriser les aliments mous en cas de plaies dans bouche,
- Se laver les dents plusieurs fois par jour et se rincer la bouche avant et après chaque repas,
- Ralentir la consommation de tabac.

### **PRISE EN CHARGE EMOST :**

*Au niveau énergétique, la production de salive est sous le contrôle de la rate et de l'estomac. Toute atteinte du méridien de l'un de ces 2 organes peut entraîner la réduction de salive à disposition. Ces deux méridiens sont bloqués par mauvaise alimentation ou par émotionnel. La rate relie au problème de clan et de famille, l'estomac au fait de ruminer les soucis.*

*Un excès d'émotionnel au niveau du foie va provoquer ce qu'on appelle un « feu du foie », et comme toutes les sources de chaleurs, elles font évaporer l'eau. Un feu du foie réduit la quantité d'eau et donc de salive, disponible dans le corps. Ce feu du foie peut être d'origine alimentaire via un excès d'aliments épicés et /ou médicamenteux.*

*Les personnes qui respirent la bouche ouverte ont souvent un problème au niveau nasale, congestion, encombrement, inflammation, qui les empêche de dormir la bouche fermée. Un travail crânien et cervical permet de dégager certaines conditions. La congestion nasale est, elle, sous contrôle du méridien du foie et de la rate, et on y trouve souvent associé, un méridien du poumon faible.*

*La technique de soins énergétiques EMOST va permettre de prendre en charge et de corriger tous ces méridiens en cause afin de permettre au corps de fonctionner correctement et de manière optimale. Bien souvent, entre la correction mécanique du crâne et la correction énergétique EMOST des méridiens, cela suffit à régler le problème.*