



РЕКОМЕНДАЦИИ ПО УХОДУ ЗА ЗУБАМИ ПОСЛЕ ОТБЕЛИВАНИЯ

Отбеливание зубов – это замечательная процедура, после которой Ваши зубы будут сохранять прекрасный вид в течение нескольких лет.

Однако для поддержания устойчивого эффекта важно не только само отбеливание, но и дополнительный уход за зубами в течение последующих нескольких дней.

В первые два дня после отбеливания эмаль является особо чувствительной к красителям, кислотам и другим агрессивным средам, поэтому для сохранения и поддержания результата в этот промежуток времени следует придерживаться некоторых советов стоматолога:

1. Гигиена должна быть особенно тщательной и в то же время деликатной. Выберите более мягкую зубную щетку и старайтесь очищать зубы после каждого приема пищи. Желательно также в эти дни использовать ту зубную пасту, которую порекомендует Вам стоматолог (предпочтительнее с содержанием фтора, бесцветные), и в качестве дополнительного средства очистки – зубную нить.
2. Никотин и смолы, содержащиеся в сигаретах, имеют настолько сильный окрашивающий эффект, что желательно полностью исключить их после отбеливания.
3. В течение первых суток после отбеливания зубы могут иметь повышенную чувствительность, поэтому постарайтесь не употреблять излишне холодную и горячую пищу.
4. При возникновении болевых ощущений в полости рта после отбеливания рекомендуется связаться с лечащим врачом. При невозможности пообщаться с ним лично, можно принять один из следующих препаратов: Нимесил (1 порошок разбавить теплой кипяченой водой и для предотвращения окрашивания эмали, выпить через трубочку, по 1 пак 2 раз в день по инструкции), Найз (по инструкции не более 3х таб. в день). Если болевые ощущения не прекращаются в течение 2-3 дней или усиливаются, необходимо немедленно обратиться к врачу или по телефонам клиники, указанным ниже.
5. Также стоматологи советуют воздержаться от употребления многих красящих продуктов. Их перечень Вам будет легко запомнить по следующей цветовой гамме:

Коричневый и черный цвета

Следующие продукты имеют сильнейший пигментирующий эффект: кофе, чай, кола, ягоды (черника, ежевика и др.), шоколад, какао, бальзамический уксус, а также соевый соус.

Красный цвет

Красное вино, кетчупы, красные ягоды (вишня, малина), томаты и томатный сок не только окрашивают зубы, но и содержат кислоту, которая оказывает негативное влияние на недавно очищенную эмаль.

Желтый насыщенный

Воздержитесь от употребления в пищу горчицы и карри.

Все ненатуральные красители.

Фруктовое мороженое, газированные напитки, цветную карамель и другие продукты, цвет которых бросается в глаза, следует исключить из рациона.

6. Очень важным являются регулярные посещения стоматолога с целью профилактического осмотра и профессиональной чистки зубов для поддержания наилучшего и более продолжительного эффекта отбеливания (не реже 1 раз в 6 месяцев).
7. Не используйте другие отбеливающие системы, кроме той, которую назначил врач.

Ваш лечащий врач _____

Телефоны:

Внимание! В случае необходимости консультаций Вы можете связаться по телефонам:

Центр стоматологии, ул. Ленина, 12: **+7 (383) 222-39-69**

+7 (383) 222-55-87

НАДЕЕМСЯ, ЧТО ДАННЫЕ РЕКОМЕНДАЦИИ
ПОЗВОЛЯТ ВАМ НАДОЛГО СОХРАНИТЬ БЕЛОСНЕЖНЫЙ ЦВЕТ ЗУБОВ

