

ZALECENIA PO WYBIELANIU PREVDENT

Przez co najmniej 24 godziny po wybielaniu zaleca się unikanie jedzenia i picia zawierającego jakiegokolwiek barwniki (cola, kawa, herbata, czerwone mięso, pomidory, sos sojowy itp.). Dotyczy to również owoców, z wyjątkiem bananów. Należy utrzymywać przez ten czas tzw. „białą dietę”, czyli spożywać produkty takie jak mleko, woda, białe pieczywo, ryby, ryż, serek wiejski.

ZALECENIA PO WYBIELANIU METODĄ BEYOND

Aby efekt wybielania utrzymywał się jak najdłużej należy przestrzegać tzw. białej diety przez okres ok. 7 dni. Biała dieta polega na unikaniu pokarmów i napojów o intensywnym zabarwieniu (t.j. mocna kawa, herbata, czerwone wino, ciemne soki, coca cola, zupy).

Stanowczo zalecane jest ograniczenie palenia, gdyż dym tytoniowy może w znacznym stopniu przebarwiać wybielone zęby, a co najważniejsze wolne rodniki uwolnione z preparatów wybielających podwyższają ryzyko rakotwórczego działania dymu tytoniowego.

Po zabiegu wybielania może pojawić się nadwrażliwość zębów która ustępuje w większości przypadkach po 48 h od zabiegu. Najpowszechniejszym i zatwierdzonym sposobem domowego znoszenia nadwrażliwości jest stosowanie specjalnych past do zębów które zawierają sole potasu (azotan, chlorek).

W ciągu pierwszych dwóch tygodni po wybielaniu zaleca się również stosowanie łagodnej pasty wybielającej aby dokładnie usuwać powierzchowne przebarwienia i osady tak aby nie dopuścić do wnikięcia w głąb zęba.