

Ce qu'il faut savoir sur le blanchiment de vos dents



Avant d'effectuer le blanchiment

- Il est possible d'utiliser un dentifrice pour dents sensibles pendant une semaine afin de préparer les dents et diminuer la sensibilité dentaire.
- Assurez-vous qu'un examen dentaire récent a été fait et que les plombages défectueux ou les caries dentaires ont été réparés.

Étapes à suivre pour un traitement optimal

1. Passer la soie dentaire et brosser bien vos dents afin d'obtenir un résultat homogène.
 2. Ajouter une petite goutte de gel dans la gouttière pour chaque dent à traiter. Par exemple, on peut décider de ne pas traiter certaines dents qui ne sont pas au sourire.
 3. Mettre les gouttières et retirer avec un coton-tige l'excédent de produit sur les gencives si nécessaire.
 4. Porter les gouttières pendant 1 heure 30 minutes à chaque jour ou pendant toute la nuit.
 5. Retirer les gouttières et les rincer. Bien rincer la bouche avec de l'eau également.
- * Le traitement devrait durer environ 14 jours. S'il vous reste du produit, conserver les seringues au réfrigérateur pour des retouches ultérieures.

Conseils

- Éviter les aliments pigmentés (moutarde, vin rouge, café, thé, sauce tomate) pendant toute la durée du traitement. Lors du blanchiment, les dents sont plus poreuses et les pigments colorés peuvent les tacher.
- Une sensibilité dentaire temporaire est normale pendant un blanchiment. Si l'inconfort est trop grand, il est possible d'espacer les séances de blanchiment et d'utiliser des produits pour dents sensibles. (ex. : le faire une journée sur deux, arrêter quelques jours et reprendre par la suite).
- Si vous avez des plombages blancs à changer pour l'esthétique suite à votre blanchiment, attendez au moins 14 jours avant de prendre rendez-vous avec votre dentiste. Cela va permettre une bonne adhésion et une stabilité de la couleur de vos dents.
- Éviter de fumer pendant la période du blanchiment.
- Le blanchiment n'est pas recommandé chez la femme enceinte ou qui allaite.