

## РЕКОМЕНДАЦИИ ПОСЛЕ ОТБЕЛИВАНИЯ ЗУБОВ

Первые две недели после процедуры отбеливания являются наиболее важными для сохранения и закрепления эффекта. Мы очень хотим, чтобы результат отбеливания радовал вас как можно дольше, и поэтому, подготовили для вас эту памятку. Если вам хватит терпения следовать полезным рекомендациям ниже, эффект отбеливания сохранится до пяти лет.

- 2 часа после процедуры не есть и не пить ничего, кроме воды
- Настоятельно рекомендуем отказаться от курения на две недели. Так что, если вы давно планировали бросить курить и ждали подходящий момент – он настал.
- Сменить зубную щетку на новую с мягкой щетиной и использовать в течение двух недель: CURAPROX, Swiss Smile, YUMAKI, SWISSDENT, TePe, Sensodine, SPLAT, R.O.C.S.
- Чтобы устранить чувствительность зубов, рекомендуем использовать пасту на основе кальция и фтора: MARVIS, Montcarotte, R.O.C.S., SPLAT, Biorepair, APADENT, WELLEDA, Swiss Smile, MEGAsonex
- Если у вас еще нет ирригатора, рекомендуем приобрести: Waterpik WP-450
- В течение первых двух недель следует особенно тщательно соблюдать гигиену после каждого приема пищи. Если днем нет доступа к щетке, попробуйте пенки для очищения рта: Global WHITE, Water Dent, SPLAT
- Для полоскания полости рта утром и вечером используйте профилактические ополаскиватели без хлоргексидина в составе

Рекомендуемые выше препараты можно купить в аптеках без рецепта.

- Две недели после процедуры необходимо соблюдать “прозрачную” диету: отказаться от продуктов, которые содержат красящие пигменты: ягод, цветных газированных напитков, соков, красного вино, крепкого чая, кофе и т.д.
- Не совмещать горячее и холодное, например кофе с мороженым
- Кислые как-лица в утреннем метро- фрукты – тоже

Впоследствии, для сохранения результата отбеливания рекомендуем ограничить в своем рационе вышеперечисленные продукты.

**! Возможно появление повышенной чувствительности зубов в первые сутки после процедуры отбеливания.**