

Indicazioni post Sbiancamento Professionale

Prestare la massima attenzione a queste indicazioni

Indicazioni a cura dell'Igienista Dentale Dott. Luca Mastromanno



Tutto dipende dalle 24h successive!

E' di fondamentale importanza seguire queste indicazioni, le prime ore successive al trattamento sono importanti per ottimizzare i risultati, ma anche le 24h successive, l'igiene orale e l'alimentazione servono per avere un risultato ottimale e duraturo dello sbiancamento dentale effettuato.

Successivamente ad un trattamento di sbiancamento dentale è molto importante:

1. Prima di tutto dare grande attenzione alle metodiche d'igiene orale (tempi, mezzi e strumenti come indicati in corso di seduta sono essenziali)
2. Seguire le indicazioni alimentari fornite dal dottore e nel dettaglio in questo opuscolo
 - a) In particolare eliminare o limitare il più possibile l'assunzione di cibi e sostanze cromogene descritte a pag.2
 - b) Non eccedere nell'assunzione di bevande acide e zuccherate (coca-cola, red-bull, spremute) anche esse cromogene, sempre nel dettaglio a pag.2
3. Un'eventuale lieve "sensibilità", raramente si verifica, ma laddove capiti non è nulla di allarmante, si può trattare con analgesici (tipo Tachipirina) indicati dal medico nel caso il fastidio sia rilevante.

1

**ATTENZIONE
ALL'IGIENE ORALE**

Spazzolare sempre dopo ogni pasto!

2

**NON UTILIZZARE CIBI
PIGMENTANTI**

consultare la lista dei cibi!

3

**NON BERE NULLA DI
COLORATO**

consultare la lista delle bevande!



I gel professionali utilizzati per lo sbiancamento, tramite delle luci particolari attraversano lo smalto e liberano ioni ossigeno nei tubuli della dentina, modificando così il colore del dente.



La sensibilità dentale non indica che sia avvenuto un danno permanente ai denti, ma è assolutamente temporanea e reversibile nel giro di poco tempo dalla fine del trattamento professionale.



Come la sostanza sbiancante è penetrata tra i prismi dello smalto per sbiancare, così anche il fumo di tabacco, il caffè, i pigmenti alimentari, possono penetrare vanificando in breve tempo il risultato sbiancante.

La durata dell'effetto del trattamento dipende dall'applicazione delle corrette manovre d'igiene domiciliare e dalle regolari sedute di igiene orale professionale.

Per mantenere il risultato dello sbiancamento più a lungo, nelle successive 24 ore è importante evitare:



Lista dei cibi cromofori-pigmentanti:

- Preferire le verdure crude a quelle cotte come ad es. l'insalata va bene mentre i broccoli o la barbabietola no. ecc.
- pomodori crudi si, mentre la salsa di pomodoro no!
- Verdure come carote e carciofi no.
- Da evitare frutta come fragole, ciliegie, frutti di bosco, more, lamponi, kiwi, agrumi come arance e mandarini e marmellate.
- i limoni si possono assumere limitatamente, non pigmentano ma creano una variazione del ph nel cavo orale che accentuano l'ipersensibilità di per se già sollecitata dal perossido di idrogeno utilizzato per lo sbiancamento.
- Salse tipo ketchup, salsa barbecue ecc. sono da escludere.
- non utilizzare dentifrici colorati e per 24h anche dentifrici sbiancanti "controllare se contengono perlite" potrebbero graffiare lo smalto più suscettibile nelle 24 h successive al trattamento.
- Caramelle colorate, cioccolato e liquirizia assolutamente NO.
- Cibi troppo caldi o troppo freddi da evitare.

Lista delle bevande cromofori-pigmentanti:

- Da evitare assolutamente colluttori, soprattutto quelli a base di clorexidina.
- No a caffè e tè.
- Coca cola e bevande simili no.
- Vino rosso NO, vino bianco SI.
- Birra NO nessuna.
- Tutte le sostanze che possono essere caratterizzate da una colorazione scura evitare.
- Fumo(sigarette,pipa) e tabacco da masticare NO.
- Bevande troppo calde o troppo fredde da evitare.
- Bevande ipertoniche (bibite molto zuccherate) limitare, nel caso assumere con una cannuccia.

Evitare di fumare per 24h!!!

Durata del risultato

Lo sbiancamento dura mediamente 1-2 anni.

Tale durata è fortemente influenzata dalle sue abitudini alimentari e dall'igiene orale.

La sua motivazione e collaborazione sono molto importanti per il mantenimento, nel tempo, del risultato ottenuto.

La sensibilità dovuta allo sbiancamento dentale può essere attenuata utilizzando dentifrici desensibilizzanti.

DOPO LO SBIANCAMENTO DEI DENTI SI PUÒ MANIFESTARE UNA SENSIBILITÀ AUMENTATA OPPURE DEL DOLORE, MA E' NORMALE, E NON DOVREBBE DURARE PIU' DI 1-2 GIORNI.

“Le vostre abitudini quotidiane possono influenzare parecchio la durata del trattamento. Il consumo abituale di alcuni alimenti come caffè, te', vino rosso e il tabacco, una scarsa igiene orale sono tutti fattori che riducono in modo più o meno evidente il risultato raggiunto.”

