

# РЕКОМЕНДАЦИИ ДОМАШНЕГО УХОДА ЗА ЗУБАМИ ПОСЛЕ ОТБЕЛИВАНИЯ

Максимальный уход для  
поддержания цвета вашей улыбки





**ПОЗДРАВЛЯЕМ!**

**Вы обладатель новой яркой улыбки**

Ближайшие недели являются очень важными, пожалуйста, придерживайтесь рекомендаций для закрепления, сохранения и усиления полученного результата.



## « Белая диета »

В течение 48 часов после отбеливания зубов необходимо соблюдать « белую диету», т.е. Избегать употребления пищи, богатой красящимися веществами : шоколад ( продукты с какао), фрукты, овощи ( отличающиеся яркой краской : свекла, морковь, томаты, сливы), некоторые ягоды (черника, клубника, голубика, черная смородина, черный виноград, вишня) , продукты с большим содержанием кислоты(апельсины, мандарины, лимонады и прочие цитрусовые) , морсы, соки, красное вино соусы ( соевый соус, кетчуп и т.д.) , специи (куркума, паприка, карри, шафран) , зеленый чай , кофе ( спустя 5 дней допускается прием кофе с молоком через трубочку концентрации 50/50)



## Общие рекомендации

После процедуры отбеливания не рекомендуется курить, так как табачный дым может спровоцировать потемнение зубов

Избегайте употребление пищи с высокой разницей температур

После процедуры отбеливания необходимо строго соблюдать гигиену полости рта : гигиена проводится дважды

1. Утром после завтрака, вечером перед сном
2. Использование флоса( зубная нить)
3. Зубная щетка и зубная паста ( на момент курса отбеливания избегать отбеливающих паст с высоким уровнем абразивного действия ), ирригатор. Качественный уход за полостью рта позволит сохранить яркий эффект после отбеливания зубов на долгий промежуток времени
4. Все реставрационные и ортопедические работы выполняются по прошествию **2 недель с момента окончания всего курса отбеливания**

## Курс реминерализующей терапии

Отбеливание зубов сложный биохимический процесс, который может сопровождаться появлением чувствительности зубов в первые дни после отбеливания или во время

Для предотвращения данного явления, а также насыщения зубов микроэлементами рекомендовано пройти курс реминерализующей терапии

Препараты выбора:

Аппликации геля в индивидуальных капках Biorepair Desensitizing Treatment 2-3 минуты 1 раз в день курс 7 дней

Аппликации геля в индивидуальных капках Tooth Mousse 3-5 минут 1 раз в день курсом 14 дней

Аппликации гелем в индивидуальных капках R.O.C.S. Medical Sensitive 15-20 минут 1 раз в день курсом 14 дней

А также зубная паста для снятия чувствительности с полезными частицами MicroRepair



## Домашнее отбеливание

### Рекомендованное время аппликаций отбеливающего геля

#### Opalescence PF

Opalescence PF 10% - 6-8 часов ( в течение ночи)

Opalescence PF 15% - 4-6 часов

Opalescence PF 20% - 2-4 часа

**Хранение:** для увеличения срока использования, Opalescence следует хранить в холодильнике. Следует избегать попадания прямых солнечных лучей. Хранить в местах не доступных для детей.

#### ZOOM!

ZOOM! DayWhite 9,5% - не менее 30 минут, но не более 1 часа в день

ZOOM! NiteWhite ACP 10% или 16% - в течение ночи или 4-6 часов

ZOOM! NiteWhite ACP 22% - 1-2 часа

**Хранение:** для увеличения срока использования следует хранить отбеливающий гель ZOOM! В сухом прохладном месте

- Тщательно почистить зубы
- Выдавить содержимое шприца ровным слоем по режущему / жевательной внутренней поверхности каппы
- Надеть каппу с гелем на зубы
- Аккуратно удалить избыток геля зубной щеткой, ватной палочкой
- Носить каппу с гелем согласно рекомендованному времени
- По истечению времени снять каппу и почистить зубы.
- После отбеливания промыть каппы холодной водой. В случае необходимости удалить оставшийся в них гель зубной щеткой.



maestro  
персональная стоматология

Спасибо, что выбираете нас

 [kristinakoshmina](#)

 [maestro dental](#)

г.Курск

ул.Красной Армии 10

+7 (4712) 70-70-57,

+7 (910) 022-90-09



**ПРОДОКТОРОВ**