



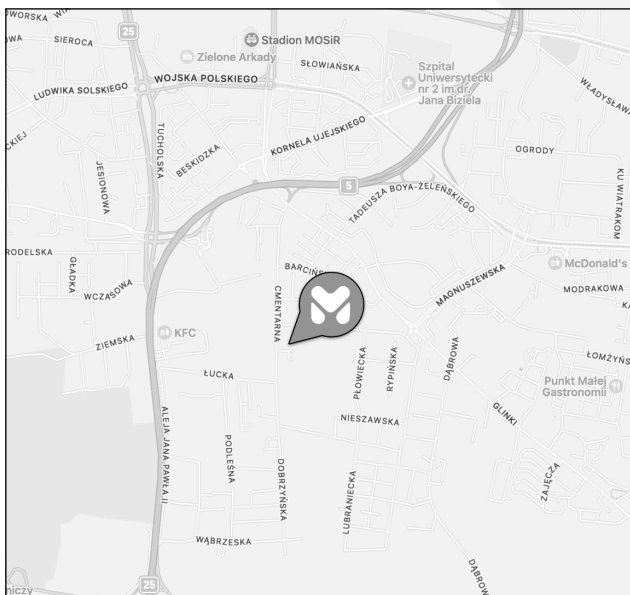
Marcol Stomatologia
Stomatologia Cyfrowa

85-182 Bydgoszcz,
ul. Gniewkowska 2
tel: 6666-333-22

MarcolStomatologia.pl

#marcolstomatologia

Nakieruj aparat



we speak English

говорим по русски



COŚ CIĘ NIEPOKOI?
DZWOŃ: 6666-333-22

**Zalecenia po zabiegu
wybielania zębów.**





Do 2 godzin po wybielaniu - nie można jeść. Dozwolone jest picie wyłącznie wody mineralnej bez cytryny.

Usuwanie przebarwień z zęba jest możliwe dzięki działaniu specjalistycznego żelu wybielającego, którego przeniknięcie do zęba umożliwia światło lasera. Dzięki temu rozszerzają się mikropory szkliwa, a to powoduje, że przebarwienia zębów zostają usuwane.

Zabieg laserowego wybielania zębów **nie szkodzi** zębom. Jedyne procesy, które następują to odwodnienie szkliwa, dlatego po wybielaniu należy stosować tzw. „**białą dietę**”.



Nadwrażliwość zębów to normalny proces występujący u niemal wszystkich. Nie należy się nim martwić, a walka z tym objawem polega na **stosowaniu pasty na nadwrażliwość** lub specjalnych preparatów znoszących nadwrażliwość.



Jeśli nadwrażliwość na temperaturę nie występuje to do 14 dni od zabiegu wybielania zaleca się stosowanie do mycia zębów **łagodnej pasty wybielającej**. Unikać nagłych zmian temperatury spożywanych pokarmów.



W razie wystąpienia nieoczekiwanych objawów prosimy o kontakt z naszymi gabinetami.

Biała dieta.

Biała dieta polega na unikaniu produktów i napojów zawierających ciemne barwniki (sztuczne i naturalne). Zaleca się stosowanie jej przez okres około **siedmiu dni**. Po tym czasie pacjent może stopniowo powrócić do swoich nawyków żywieniowych.



Należy pamiętać, aby w tym czasie **nie spożywać**: buraków, jagód, szpinaku, marchwi, pomidorów, ciemnych przypraw i sosów, kawy, herbaty, owoców cytrusowych i wiele innych, które mają znaczną barwę.

Obowiązuje również bezwzględny zakaz palenia papierosów!



W tym też okresie osoba, która wybieliła zęby powinna **skupić się na takich produktach jak**: kurczak, indyk, produkty zbożowe, nabiał, woda, kasza jaglana, kasza jęczmienna, warzywa o jasnym zabarwieniu, ryż, jasny makaron, owoce morza.

Po trzech dniach od wybielania zębów napoje barwiące można spożywać przez słomkę, tak aby płyn nie miał bezpośredniego kontaktu z zębami.



Biała dieta jest bardzo istotna po zabiegu laserowego wybielania zębów, ponieważ szkliwo jest odwodnione i pochłania wszystkie barwniki do zęba wraz ze śliną.