

OPAL DENTAL STUDIO

PARIS

CONSEILS RELATIFS A L'ÉCLAIRCISSEMENT DENTAIRE PAR TECHNIQUE AMBULATOIRE

Votre praticien a apporté le soin nécessaire à la réalisation de gouttières et vous a remis le produit permettant un éclaircissement dentaire. Voici quelques conseils :

AVANT DE METTRE LES GOUTTIERES

- 1 Brossez-vous les dents** minutieusement et passez le fil dentaire entre chacune de vos dents et/ou utilisez des brossettes inter dentaires. En effet, le gel est beaucoup plus efficace sur les dents propres.
- 2** Disposer une **PETITE goutte de gel** (de la taille d'une demi-lentille) dans chaque emplacement correspondant aux dents à éclaircir.

Une demi seringue permet l'application sur les 2 gouttières

- 3** Insérer la gouttière dans la bouche et bien la positionner sur les dents. **Éliminer les éventuels excès de gel** avec un coton-tige.
- 4** Porter la gouttière 1h le 1er jour, 2h le 2ème jour, 3h le 3ème jour puis toute la nuit si cela est plus simple pour vous. Le produit n'agit plus au bout de 4H.

QUAND ON ENLEVE LES GOUTTIERES

- 1** Enlever la gouttière et broser vous les dents. Ne pas s'inquiéter si vous observez des taches blanches apparaître, elles disparaîtront progressivement au cours du traitement.
- 2** Rincer à l'eau froide la gouttière, sécher et la conserver dans sa boîte (avec aération).

CONSEILS

- Éviter le thé, le café, nicotine, les fruits rouges, le vin rouge, curry, sauce soja, ou tout autre aliment colorant et bains de bouche pendant le traitement. S'il n'est pas possible d'éviter certains aliments, les prendre au moins 1 heure après le retrait de la gouttière et au plus tard 1h avant de la remettre. Conseils : buvez les boissons à la paille.
- Interrompez le traitement une nuit si vous ressentez des sensibilités (vous pouvez utiliser le dentifrice Sensodyne « soin complet » pendant l'éclaircissement)
- Surveillez l'évolution de l'éclaircissement. Si la teinte vous semble trop blanche ou trop lumineuse, interrompez le traitement et contactez votre praticien.
- En fin d'éclaircissement, nous vous recommandons de placer du phosphate de calcium «tooth mousse» (GC) dans vos gouttières minimum 1H par jour et sur une période de 7 jours.

Le suivi de la santé bucco-dentaire est important pour le succès et le maintien du résultat de l'éclaircissement. Consultez votre chirurgien-dentiste au moins deux fois par an.