

В последнее время **отбеливание зубов** становится всё популярнее, буквально с каждого голубого экрана сверкают белоснежные улыбки звёзд, а рекламы призывают приобрести отбеливающие пасты.

О том, насколько модно иметь белые зубы, и как быстро это сделать при помощи отбеливания знают все, но лишь единицам известно, как вести себя после отбеливания зубов.

Чтобы закрепить эффект и длительное время гордиться красивой улыбкой, нужно учитывать простые рекомендации:

1. **«Бесцветной диеты»** обязательно нужно придерживаться первые сутки, то есть исключить из употребления красящие продукты, отказаться от табачных изделий и окрашенных зубных средств.
2. Также после процедуры **может возникнуть чувствительность зубов**, это вполне нормальное явление, которое можно заглушить простыми обезболивающими средствами, через сутки она пройдёт.
3. Конечный результат, а точнее цвет отбеливания, определяется **по истечению двух недель** после отбеливания (поэтому лучше следовать всем перечисленным советам).
4. Стоит учитывать, что все инородные материалы, расположенные в полости рта (накладки, пломбы, коронки) **не отбеливаются**, однако, их можно заменить после процедуры.
5. Время сохранения эффекта отбеливания у каждого определяется **индивидуально**. Далее можно провести повторные курсы отбеливания.
6. Чтобы долгое время сохранять эффект отбеливания, нужно **уменьшить курение, отказаться от агрессивных пищевых красителей**. По совету врача можно повторять процедуры домашнего отбеливания, использовать специальные зубные пасты для отбеливания.

**Помощь специалистов стоматологической клиники «Жемчужинка» и следование этим простым советам позволят Вам долго наслаждаться белоснежной улыбкой.**