

detkityumen.ru

Всё об отбеливании зубов в вопросах и ответах

Отбеливание зубов имеет своих противников и сторонников. Первые убеждены, что эта процедура вредна для зубной эмали, вторые уверены в том, что современные методы отбеливания работают бережно и результативно. Можно ли отбелить зубы без вреда для здоровья? Как проходит профессиональное отбеливание у стоматолога и могут ли домашние отбеливающие средства заменить собой кабинетную процедуру, разбираемся вместе с врачом – стоматологом-терапевтом семейной клиники ["Доктор Альбус"](#) Ниной Хумарян.

- Нина Лерниковна, расскажите о процедуре профессионального отбеливания зубов: кому она показана и рекомендована? С какого возраста можно делать отбеливание у стоматолога?

- Кабинетное отбеливание, которое проводится в стоматологической клинике, разрешено для пациентов с 18 лет. Обычно у тех, кто желает осветлить зубы под контролем стоматолога, есть одно или несколько показаний к отбеливанию: изменение цвета зубов после полученной травмы, приема лекарственных препаратов или в результате курения либо употребления красящих продуктов, появление желтого оттенка эмали, которое делает улыбку эстетически непривлекательной. Другими словами, пациент может обратиться к врачу за отбеливанием и при наличии показаний, и в эстетических целях, желая сделать зубы белее и ярче для красоты улыбки.

- Есть ли противопоказания к отбеливанию, по причине которых проводить эту процедуру не разрешается?

- Да. Существуют как показания, так и противопоказания к процедуре стоматологического отбеливания. В их числе: возраст до 18 лет, беременность и период лактации у женщин, наличие аллергических реакций на перексид водорода или карбамида, наличие ортодонтических конструкций, обнажение шеек или патологическая стираемость зубов, эрозия, глубокие трещины на зубной эмали. Наличие противопоказаний выявляется во время очного осмотра у стоматолога, который обязательно предшествует отбеливанию.

- Какой метод отбеливания предлагают пациентам клиники "Доктор Альбус"?

- В нашей стоматологии представлено химическое отбеливание Opalescence Boost с применением отбеливающего геля на основе 40%-й перекиси водорода, воздействие которого усиливается химическим активатором с фтором и нитратом калия – препаратами, снижающими риск развития кариеса и излишней чувствительности зубов, повышающими прочность зубной эмали. По сути, отбеливание – это разрушение пигмента при помощи активного кислорода, который проникает в верхние слои зубных тканей и растворяет пигмент в дентине, окрашивающий зубы в желтые или серые оттенки.

- Как проходит процедура отбеливания и какого результата она позволяет достичь?

- В день проведения процедуры пациент приезжает на прием, предварительно очистив зубы от налета и остатков пищи. Кроме того, поверхность зубов очищается повторно при помощи щетки и пасты уже в кабинете стоматолога, после чего можно приступать к первому этапу отбеливания. Прежде всего мы должны изолировать десну. Это нужно для того, чтобы не было химического ожога слизистых. Изоляция – это очень важный подготовительный этап, на который иногда уходит больше времени, чем на само отбеливание. После этого мы наносим на зубы подготовленный гель, ждем минут 20 и оцениваем состояние пациента. Если все идет хорошо –

зубы не реагируют повышенной чувствительностью, мы смываем нанесенный гель и наносим его заново. И таких повторных сеансов во время одного приема бывает от одного до трех. Затем мы отпускаем пациента домой, выдав все рекомендации по уходу за полостью рта и диете. Через 3–4 дня мы можем снова повторить все то же самое: в стоимость разовой процедуры отбеливания входит несколько посещений, если это требуется. Оценить окончательный эстетический результат можно примерно через две недели, в течение которых цвет зубной эмали стабилизируется.

- То есть узнать заранее, какого цвета станут зубы после отбеливания невозможно?

- Да, это так. Отбеливание – это сугубо косметическая процедура, и сказать наверняка, каким будет ее результат и какой оттенок зубов будет достигнут, до ее проведения и периода восстановления не получится. На это есть объективные причины. Количество тонов, на которое зубы станут светлее, всегда индивидуально и зависит от многих факторов, внешних и внутренних. На итоговый результат отбеливания влияет исходный оттенок зубов, пористость эмали, степень которой определить на глаз не под силу даже опытному специалисту. Кроме того, очень важно, как пациент проходит период реабилитации: соблюдает ли рекомендации доктора по питанию и уходу за зубами, делает ли домашние процедуры для нормализации минерального состава зубной эмали.

- На сколько тонов светлее могут стать зубы после кабинетного отбеливания?

- Если комплекс всех предварительных и восстановительных мероприятий пройден, то в большинстве случаев в результате кабинетного отбеливания удастся достичь осветления эмали на 5–9 тонов. Но нужно понимать, что эффекта голливудской улыбки, который можно получить с помощью виниров, добиться процедурой кабинетного отбеливания не удастся. Мы используем в работе мягкий и бережный метод, который сохраняет здоровье зубов и дает видимый эстетический результат, близкий к естественному цвету эмали. Плюс следует иметь в виду, что процедура кабинетного профессионального отбеливания обладает накопительным эффектом: с каждым разом ваши зубы будут становиться все белее.

- Через какое время с момента первой процедуры пациент может похвастаться белоснежной улыбкой?

- После процедуры отбеливания цвет эмали стабилизируется в течение 14 дней. Для того, чтобы эффект отбеливания проявился в полной мере и длился дольше, мы обязательно даем пациентам рекомендации по проведению реминерализующей терапии в домашних условиях и рациону питания в первое время после процедуры.

- Обычно отбеливаются все зубы или только те, которые попадают в зону улыбки?

- Во время кабинетной процедуры освещаются зубы в зоне улыбки, на которые наносится гель для отбеливания.

- Расскажите про отбеливание пломб, виниров и зубных коронок: можно ли изменить их цвет с помощью средств для профессионального отбеливания зубов в кабинете стоматолога?

- Поскольку реставрационные материалы, виниры и коронки не поддаются химическому воздействию при помощи препаратов на основе пероксида водорода или карбамида, мы рекомендуем проводить отбеливание зубов до проведения восстановительных процедур: установки пломб, виниров или коронок. При этом нужно иметь в виду, что после процедуры отбеливания до начала стоматологических работ по восстановлению зубов необходимо выдержать интервал в две недели. К слову, отбеливание проблемных зубов до более естественного оттенка позволит врачу упростить подбор реставрационного материала.

- Кабинетное и домашнее отбеливание. Можно ли сравнить их эффективность и продолжительность результата?

- Домашнее отбеливание хорошо дополняет кабинетное, закрепляет и усиливает эффект процедуры, проведенной стоматологом. Идеальный вариант для достижения наилучшего результата отбеливания – это

комплекс последовательных процедур: профгигиена – кабинетное отбеливание – стабилизация цвета зубной эмали в течение 14 дней – домашнее отбеливание. Однако применения только лишь домашнего отбеливающего средства будет недостаточно для достижения ярко выраженного результата.

- То есть средства для домашнего отбеливания малоэффективны?

- Для сравнения: при кабинетном отбеливании мы используем 40%-й гель на основе пероксида карбамида, а в системах для домашнего отбеливания концентрация этого же препарата составляет 6–10%. Это очень маленький процент, поэтому и результат будет совершенно иной. В ночных капках для домашнего ухода концентрация активного вещества может достигать 20%, и, соответственно, эффект будет более выраженный. Если говорить о том, на сколько тонов белее станут зубы, то при использовании домашних систем профессионального отбеливания это 2–3 тона, а после кабинетного можно увидеть разницу на 5–9 тонов.

- В течение какого периода времени сохраняется видимый результат профессионального отбеливания? Как часто нужно и можно делать кабинетное отбеливание зубов?

- Продолжительность результата напрямую зависит от того, насколько внимательно и ответственно пациент относится к назначениям своего стоматолога по уходу за зубами после процедуры отбеливания. Если все рекомендации соблюдаются, то эффект отбеливания сохраняется от полугода до года и поддерживается домашними отбеливающими системами и повторными процедурами в кабинете стоматолога.

- Какие народные и аптечные средства для отбеливания зубов в домашних условиях могут посоветовать стоматологи?

- Любые народные методы домашнего отбеливания: будь это перекись водорода, сода, активированный уголь, лимонный сок или яблочный уксус, противопоказаны. Прислушиваться к советам с просторов интернета не только бессмысленно, но и чревато серьезными последствиями: ожогами ротовой полости, повреждениями структуры эмали и повышением чувствительности зубов. А если говорить о сертифицированных средствах для домашнего отбеливания, их нужно подбирать вместе со стоматологом, поскольку зубы каждого человека, как и состояние полости рта, индивидуальны. Оценить стоматологическое здоровье пациента, исключить наличие противопоказаний к проведению отбеливания может только врач на очном осмотре.

- Какие средства домашнего отбеливания зарекомендовали себя лучше других?

- Наибольшую пользу приносят системы для домашнего отбеливания с индивидуальными капками, которые делают в зуботехнической лаборатории. Капы, изготовленные на основе 3D-модели челюсти пациента, в отличие от универсальных аптечных систем, учитывают все анатомические особенности челюстей и позволяют качественно отбелить каждый зуб в зоне улыбки. Поэтому именно индивидуальные капы – наиболее оптимальный и действенный вариант для отбеливания зубов в домашних условиях.

- Профессиональное кабинетное отбеливание и профессиональная гигиена полости рта в кабинете стоматолога: эти процедуры делают зубы белее? В чем их сходство и различия?

- Профгигиена в кабинете стоматолога – это удаление пигментированного налета и зубного камня с поверхности зубов. Благодаря регулярному проведению этой процедуры мы сохраняем и поддерживаем цвет эмали, данный человеку от природы. А кабинетное отбеливание – это метод, при котором мы при помощи специальных веществ внедряемся в более глубокие слои эмали и дентина и посредством химических реакций получаем ярко выраженный эстетический результат – белые зубы.

- Имеют ли эффект зубные пасты с отбеливающим эффектом или это только рекламный ход?

- Отбеливающие пасты действуют на поверхность зубов. В их состав входят вещества, счищающие зубной налет с эмали: оксид кремния, бентонитовая глина, дикальций фосфат и другие. Но стоит помнить, что механическое отбеливание с помощью жесткой щетки и абразивной пасты довольно агрессивно действует на зубную эмаль и

может нарушить ее целостность.

- Как ухаживать за зубами, чтобы они были белыми?

- Лучший уход за зубами – это правильная и регулярная гигиена полости рта как домашняя, так и профессиональная, проводимая в кабинете врача, своевременные профилактические осмотры у врача-стоматолога и правильный подбор предметов и средств гигиены.

- Какие рекомендации Вы даете пациентам, которые прошли процедуру профессионального отбеливания? Расскажите про "белую диету": для чего она нужна и как долго ее нужно соблюдать?

- После отбеливания следует насытить зубы минеральными веществами для снижения чувствительности после процедуры. Для этого мы обязательно даем рекомендации по проведению реминерализирующей терапии в домашних условиях. Также следует придерживаться белой диеты, то есть на время исключить из своего рациона питания красящие напитки и продукты. Минимальная общая продолжительность такой диеты составляет 5 дней. Но для того, чтобы эмаль успела полностью восстановиться, а эффект отбеливания длился дольше, следует отказаться от употребления пищевых красителей на две недели. Также в первое время следует ограничить прием холодной и горячей пищи и напитков.

- Можно ли отбелить зубы без вреда для их здоровья? Говорят, что отбеливание приводит к повышению чувствительности зубов. Так ли это и можно ли этого избежать?

- У любого пациента, который сделал кабинетное отбеливание, чувствительность зубов в той или иной мере будет присутствовать. Чтобы снизить чувствительность во время проведения процедуры и после нее, лучше пройти подготовку в виде профессиональной гигиены за 2–3 дня до отбеливания и заблаговременного применения реминерализирующего геля во время домашнего ухода за зубами.

Напоминаем, что перед прохождением любой стоматологической процедуры, в том числе лечения зубов под седацией, необходима предварительная консультация специалиста. Если у вас есть аллергия или другие заболевания, непереносимость каких-либо препаратов, обязательно предупредите об этом своего доктора.

Адрес на сайте «Детки!» detkityumen.ru/biblio/category144/category145/5390/