

牙齒美白：燦爛笑容的指南



燦爛的白色笑容可以讓你感到自信和美麗。牙齒美白是一種常見的美容牙科手術，可以通過去除牙齒上的污漬和變色來說明您獲得更燦爛的笑容。這本患者資訊手冊將解釋什麼是牙齒美白，它是如何工作的，以及您在手術期間和手術后可以期待什麼。

什麼是牙齒美白？

牙齒美白是一種美容牙科手術，涉及去除牙齒上的污漬和變色，使它們看起來更亮、更白。這通常是通過使用漂白劑來實現的，漂白劑可以穿透牙齒的牙釉質並去除污漬。

牙齒美白主要有兩種類型：診所美白和家美白。美白是在牙醫辦公室的診所完成的，而美白是在家裡使用專用托盤和美白 gel 完成的。



牙齒美白是如何工作的？

牙齒美白與美白劑配合使用，去除牙齒上的污漬和變色。最常用的美白劑是 **過氧化氫**，它可以分解導致牙齒污漬和變色的分子。

診所的牙齒美白通常包括在牙齒上塗抹高濃度的過氧化氫凝膠，並使用特殊的光來啟動凝膠。該過程通常需要大約一個小時，並且可以使牙齒變白八度。



在家中進行牙齒美白通常涉及使用裝有低濃度過氧化氫凝膠的專用托盤。托盤每天佩戴一段時間，通常為一兩周，直到達到所需的白度水準。

在牙齒美白過程中，您可以期待什麼？

如果您選擇在診所進行牙齒美白，您可以期望在牙醫辦公室花費大約一個小時。第一步是通過刷牙和去除牙菌斑或牙垢來準備牙齒。然後，牙醫會在您的牙齦上塗抹保護凝膠，以保護它們免受漂白。

接下來，牙醫會將過氧化氫凝膠塗在您的牙齒上，並使用特殊的光來啟動凝膠。在手術過程中，您可能會感到一些敏感或不適，但這是正常的，應該在手術結束後消失。

如果您選擇在家進行牙齒美白，您的牙醫將首先製作完全適合您牙齒的定製托盤。您將獲得一種低濃度的過氧化氫凝膠，用於托盤。您每天將佩戴托盤一段時間，通常持續一兩個星期，直到它們達到所需的白度水準。

牙齒美白有哪些風險和副作用？

牙齒美白通常是安全的，但您應該注意一些風險和副作用。最常見的副作用是牙齒敏感，這可能發生在手術期間和手術後。這種過敏通常會在幾天內消失。

其他副作用包括牙齦刺激和牙齒上的白點。這些副作用很少見，通常會自行消失。

如果您患有牙齦疾病或蛀牙，在這些問題得到解決之前，您不應該進行牙齒美白。牙齒美白也會導致現有牙科工作變色，例如填充物或牙冠。您的牙醫可以幫助您根據您的牙齒健康和病史確定牙齒美白是否適合您。

你如何保持你燦爛的白色笑容？



為了在牙齒美白后保持燦爛的白色笑容，保持良好的口腔衛生很重要。這包括每天用含氟牙膏刷牙兩次，每天使用牙線。如果您對美白或日常牙齒護理有任何疑慮，請務必詢問您的牙醫。