



تبييض الأسنان: دليل لابتسامة أكثر إشراقا



ابتسامة بيضاء مشرقة يمكن أن تجعلك تشعر بالثقة والجمال. تبييض الأسنان هو إجراء تجميلي شائع يمكن أن يساعدك على الحصول على ابتسامة أكثر إشراقا من خلال إزالة البقع وتغيير اللون من أسنانك. سيشرح كتيب معلومات المرضى هذا ما هو تبييض الأسنان، وكيف يعمل، وما الذي يمكن توقعه أثناء العملية وبعدها.

ما هو تبييض الأسنان؟

تبييض الأسنان هو إجراء تجميلي يشمل إزالة البقع وتغيير اللون من الأسنان لجعلها تبدو أكثر إشراقا وبيضا. عادة ما يتم ذلك من خلال استخدام مواد التبييض، التي تخترق مينا الأسنان وتزيل البقع.

هناك نوعان رئيسيان من تبييض الأسنان: التبييض في العيادة والتبييض في المنزل. يتم التبييض في العيادة بعيادة طبيب الأسنان، بينما يتم التبييض في المنزل باستخدام صواني مخصصة وجل تبييض.



كيف يعمل تبييض الأسنان؟

يعمل تبييض الأسنان مع عوامل التبييض لإزالة البقع وتغيير اللون من الأسنان. أكثر عامل تبييض استخداما هو بيروكسيد الهيدروجين، الذي يحلل الجزيئات التي تسبب بقعا وتغير لون على أسنانك.

عادة ما يتضمن تبييض الأسنان في العيادة وضع جل بيروكسيد الهيدروجين المركز على الأسنان واستخدام ضوء خاص لتفعيل الجل. عادة ما تستغرق العملية حوالي ساعة وقد تؤدي إلى أسنان أكثر بياضا بدرجة تصل إلى ثماني درجات.



عادة ما يتضمن تبييض الأسنان في المنزل استخدام صواني مجهزة خصيصا مملوءة بجل بيروكسيد الهيدروجين منخفض التركيز. ترتدى الصواني لفترة محددة كل يوم، عادة لمدة أسبوع أو أسبوعين، حتى تصل إلى مستوى البياض المطلوب.



ماذا يمكن أن تتوقع أثناء إجراء تبييض الأسنان؟

إذا اخترت إجراء تبييض الأسنان في العيادة، يمكنك توقع قضاء حوالي ساعة في عيادة طبيب الأسنان. الخطوة الأولى هي تجهيز أسنانك بالفرشاة وإزالة أي بلاك أو جير. بعد ذلك، سيضع طبيب الأسنان جل واق على لثتك لحمايتها من التبييض.

بعد ذلك، سيضع طبيب الأسنان جل بيروكسيد الهيدروجين على أسنانك ويستخدم ضوءاً خاصاً لتفعيل الجل. قد تشعر ببعض الحساسية أو الانزعاج أثناء الإجراء، لكن هذا أمر طبيعي ويجب أن يزول بعد انتهاء الإجراء.

إذا اخترت إجراء تبييض الأسنان في المنزل، سيقوم طبيب الأسنان أولاً بصنع صواني مخصصة تناسب أسنانك تماماً. سيتم إعطاؤك جل بيروكسيد الهيدروجين منخفض التركيز لاستخدامه مع الصواني. سترتدي الصواني لفترة محددة كل يوم، عادة لمدة أسبوع أو أسبوعين، حتى تصل إلى مستوى البياض المطلوب.

ما هي المخاطر والآثار الجانبية لتبييض الأسنان؟

تبييض الأسنان آمن بشكل عام، لكن هناك بعض المخاطر والآثار الجانبية التي يجب أن تكون على دراية بها. أكثر الآثار الجانبية شيوعاً هو حساسية الأسنان، والتي قد تحدث أثناء العملية وبعدها. عادة ما تختفي هذه الحساسية خلال بضعة أيام.

تشمل الآثار الجانبية الأخرى تهيج اللثة ووجود بقع بيضاء على الأسنان. هذه الآثار الجانبية نادرة وعادة ما تختفي من تلقاء نفسها.

إذا كنت تعاني من أمراض اللثة أو تسوس الأسنان، فلا ينبغي عليك إجراء تبييض الأسنان حتى يتم معالجة هذه المشاكل. يمكن أن يسبب تبييض الأسنان أيضا تغير لون أعمال الأسنان الموجودة، مثل الحشوات أو التيجان. يمكن لطبيب الأسنان مساعدتك في تحديد ما إذا كان تبييض الأسنان مناسباً لك بناء على صحة أسنانك وتاريخك السابق.

كيف يمكنك الحفاظ على ابتسامتك البيضاء الزاهية؟



للحفاظ على ابتسامتك البيضاء الزاهية بعد تبييض الأسنان، من المهم أن تمارس نظافة الفم الجيدة. يشمل ذلك تنظيف أسنانك مرتين يوميا باستخدام معجون أسنان يحتوي على الفلورايد، واستخدام الخيط يوميا. إذا كانت لديك أي مخاوف بشأن التبييض أو روتين العناية بالأسنان، اسأل طبيبك دائما.