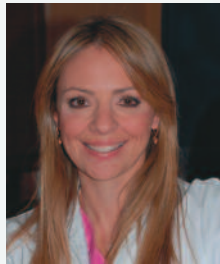




Κείμενο: **Ελισάβετ Κουκοπούλου**, Οδοντίατρος-Απόφοιτος της Οδοντιατρικής Σχολής Πανεπιστημίου Αθηνών με Master of Science στην Επανορθωτική και Αισθητική Οδοντιατρική στο University of Michigan, USA



Λεύκανση μια απόλυτα ασφαλής μέθοδος

Πόσες φορές δεν έχουμε εντυπωσιαστεί από ένα συνομιλητή μας απλώς γιατί...χαμογελούσε υπέροχα! Και πόσες φορές πάηι δεν έχουμε νιώσει ζήλια για εναν star όταν χαμογελά με αυτοπεποίθηση στο φακό, αποκαλύπτοντας ολίσια και κατάθρεκα δόντια. Μην σας απασχοηεί πια! Η αισθητική οδοντιατρική, μια απο τις πλέον σύγχρονες επεμβάσεις ομορφιάς, κάνει σήμερα θαύματα και χαρίζει χαμόγελα με συμμετρικά όμορφα δόντια και απόλυτη φυσικότητα!

Η Ελισάβετ Κουκοπούλου ειδικευμένη στην Αισθητική και Επανορθωτική Οδοντιατρική, στο πανεπιστήμιο Michigan των ΗΠΑ, μας εξηγεί πώς μετά απο λεύκανση μισής ώρας μπορούμε να δούμε αποτελέσματα που θα μας ενθουσιάσουν και πόσο ανώδυνη και εύκολη είναι η διαδικασία. Τίποτα δεν φωτίζει ένα πρόσωπο όσο μια σειρά από γερά και αστραφτερά δόντια. Είναι πλέον το absolute must ενός όμορφου χαμόγελου. Από-

λυτα ασφαλής μέθοδος. Δεν χαλάει τα δόντια. Μπορεί να δημιουργήσει παροδική ευαισθησία η οποία όμως φεύγει αμέσως μετά το τέλος της λεύκανσης. Προηγείται καθαρισμός και γυάλισμα των δοντιών. Όσο κρατάει η διαδικασία, απαγορεύεται το τσιγάρο, ο καφές, κόκκινο κρασί κλπ.

Διαδικασία Λεύκανσης

Λεύκανση στο ιατρείο για μισή ώρα με ειδικό υλικό που ενεργοποιείται με τη χρήση πηγής φωτός (ειδική λάμπα). Εναλλακτικά μπορεί να χρησιμοποιηθεί υλικό το οποίο να μην χρειάζεται ενεργοποίηση από πηγή φωτός. Στη συνέχεια χρησιμοποιούνται από τον ασθενή ναρθηκάρια εξατομικευμένα, προσαρμοσμένα στο στόμα του για 2 ώρες στο σπίτι. Δεν συνιστάται μόνο λεύκανση στο ιατρείο (πρέπει να συνεχιστεί για 5 ημέρες στο σπίτι), γιατί διαφορετικά το χρώμα των δοντιών δεν προλαβαίνει να σταθεροποιηθεί και τα δόντια τείνουν να επανέλθουν στο αρχικό τους χρώμα σε συντομότερο χρονικό διάστημα. Αν δεν γίνει καθόλου λεύκανση στο ιατρείο, ο ασθενής θα χρησιμοποιεί τα ειδικά ναρθηκάρια λεύκανσης τουλάχιστον για 10 ημέρες επί 2 ώρες ανά ημέρα SOS: Τα προϊόντα φαρμακείου και supermarket είναι μόνο για τη συντήρηση της λεύκανσης (οδοντόκρεμες, βερνίκια, λευκαντικές ταινίες).

Πότε κάνουμε Λεύκανση

- Όταν τα δόντια είναι σκούρα, κίτρινα, γκρι...
- Εκ γενετής
- Από την πάροδο του χρόνου
- Από τη χρήση φαρμάκων πχ τετρακυκλίνη
- Από τη χρήση καφέ, τσάι, αναψυκτικών, κόκκινου κρασιού
- Από τη χρήση τσιγάρου

Πως λειτουργεί;

Ένα ειδικό τζέλ υπεροξειδίου του καρβαμιδίου ή του υδρογόνου, εφαρμόζεται πάνω στα δόντια, εισχωρεί μέσα τους, παράγει οξυγόνο και διασπά τις χρωστικές μέσα στο δόντι, δεν αλλάζει τη δομή του δοντιού, δεν δρ ά επιφανειακά καταστρέφοντας την αδαμαντίνη, απλά αλλάζει το χρώμα του δοντιού

Είναι ασφαλής διαδικασία;

Η λεύκανση σαν θεραπεία είναι η πιο απλή και συντηρητική διαδικασία της αισθητικής οδοντιατρικής. Πρόκειται για μια διαδικασία ρουτίνας, καθημερινά γίνονται στον κόσμο χιλιάδες λευκάνσεις. Ξεκίνησε στις ΗΠΑ από τον Dr haywood 15 χρόνια πριν. Από τότε έχουν γίνει εκατοντάδες κλινικές και ερευνητικές μελέτες τεστάροντας την ασφάλεια της διαδικασίας στους ανθρώπινους ιστούς. Έχει αποδειχθεί πως δεν βλάπτει την αδαμαντίνη, γιατί δεν δρ ά

tips

Βουρτσίζετε τα δόντια σας για 2-3 λεπτά, κάθε φορά βουρτσίζετε και τη γλώσσα για να αφαιρέτε τα βακτήρια και να έχετε δροσερή αναπνοή! Αλλάζετε οδοντόβουρτσα κάθε 3-4 μήνες.

Μην βάζετε πολλή δύναμη γιατί μπορεί να χαλάσει την αδαμαντίνη των δοντιών.

Κόψτε το τσιγάρο και περιορίστε τσάι, καφέ, αναψυκτικά και αλκοόλ.

Πιείτε με καλαμάκι τα ποτά που προσδίδουν στα δόντια χρωστικές και ξεπλύντε το στόμα σας αμέσως μετά το τσιγάρο ή τον καφέ.

Περιορίστε τα σνακ μεταξύ των γευμάτων. Περιέχουν ζάχαρη και συμβάλλουν στη τερηδόνα.

Κάντε λεύκανση. Τα δόντια θα καθαρίσουν εντελώς απο όλες τις χρωστικές που έχουν προσλάβει μέχρι τώρα στη ζωή σας!

Διατηρείτε το αποτέλεσμα με λευκαντικές οδοντόκρεμες που θα σας συστήσει ο οδοντίατρός σας.

Μην ξεχνάτε τον ετήσιο καθαρισμό και check up στον οδοντίατρο. Θα προλάβετε πολλά προβλήματα.

Μην ξεχνάτε να χαμογελάτε. Είναι γοητευτικό



αποτρίβοντας αυτήν, δεν προκαλεί προβλήματα στο στομάχι, δεν προκαλεί καρκίνο του στόματος. Η μόνη επιπλοκή της είναι μια παροδική ευαισθησία σε ένα 10% του πληθυσμού, η οποία κρατάει όσο και η λεύκανση, και φεύγει αμέσως μετά το τέλος αυτής. Τα δόντια δε γίνονται πιο αδύνατα, απλά πιο λευκά!

Τι περιέχει το gel λεύκανσης;

Υπεροξειδίο του καρβαμιδίου σε συγκεντρώσεις 10,15,20% για λεύκανση στο σπίτι και 35-38% για λεύκανση στο ιατρείο. Κάποια σκευάσματα περιέχουν υπεροξειδίο του υδρογόνου. Τα σύγχρονα σκευάσματα λεύκανσης περιέχουν PF (νιτρικό κάλιο και φθόριο) για ελαχιστοποίηση της ευαισθησίας, ενδυνάμωση της αδαμαντίνης και πρόληψη της τερηδόνας.

Πόσο κρατάει το λευκό χρώμα των δοντιών μετά από λεύκανση;

Τα ερευνητικά δεδομένα αναφέρουν ότι η λεύκανση διαρκεί για πολλά χρόνια στο 80-100% της αρχικής της κατάστασης. Η βασική προϋπόθεση είναι μια φορά το χρόνο να γίνεται ένα φρεσκάρισμα-touch up για 2-3 ημέρες χρησιμοποιώντας τα ναρθηκάρια, σε ένα πολύ χαμηλό κόστος.*