

Information inför tandblekning hemma

1. Rengör tänderna noggrant innan blekningsbehandling (glöm inte mellan tänderna), var extra noga med munhygien under hela behandlingstiden. Kombiner gärna blekningen med daglig sköljning med 0.2% natriumfluoridlösning.
2. Applicera en liten droppe blekningsgel i den främre delen av varje "tand-form" i skenan.
3. Placera den gelfyllda blekningsskenan över dina tänder. Borsta bort eventuell överflödlig gel eller använd ditt finger. Undvik att trycka ut gelen från blekningsskenan och se till att den sitter ordentligt på plats.
4. Ta ut blekningsskenan ur munnen efter behandlingen. Skölj skenan med kallt vatten (varmt vatten kan deformera blekningsskenorna) och avlägsna därefter eventuella rester av gel från skenan med en tandborste. Placera blekningsskenorna i sin förvaringsask och förvara sedan dessa torrt och svalt. Borsta tänderna och skölj munnen med vatten.

Behandlingsalternativ

- Behandling på natten medan du sover, minst 4 timmar.
- Behandling på dagen, 2 - 4 timmar en till två gånger dagligen.
- Kombinerad dag- och nattbehandling för snabbare resultat. Två timmars uppehåll mellan behandlingarna måste göras.

Att tänka på

- Undvik sådant som kan missfärga tänderna, till exempel tobak, kaffe, te och rödvin. Citrus kan också ge ilningar och ökar surhetsgraden, vilket kan försämra blekningen.
- Undvik avbrott i behandlingen. Om du gör ett uppehåll måste behandlingstiden förlängas för att kompensera för detta.
- Det tar ofta längre tid att bleka tanden närmast tandköttet än vid tuggytan. Ytan närmast tandköttet kommer också att förbli den mörkaste delen av tanden. Efter avslutad behandlingsperiod mörknar tänderna något för att efter en till två veckor få sin slutliga nyans.
- Du kan med fördel bleka en till två nätter per år för att upprätthålla effekten.
- Det är inte ovanligt att se mörka fläckar på blekningsskenorna där du har amalgamfyllningar. Detta beror på att gelen oxiderar ytan på fyllningen vilket missfärgar plasten
- Använd inte andra blekningsprodukter under behandlingen och blek inte tänderna under graviditet och eller om du ammar.

Eventuella besvär under behandlingen

Du kan uppleva en ökad känslighet för kyla i tänderna eller andra typer av mildare obehag i tänder, tandkött, tunga, läppar eller hals. Symptomen avtar alltid 1–3 dagar efter sista behandlingstillfället. Prova att behandla varannan eller var tredje natt om du upplever besvär.

Upplever du annat än milda besvär ska du avsluta behandlingen och kontakta oss.

Om du upplever irriterat tandkött kan det vara fel på blekningsskenans passform eller att du har för mycket gel i skenorna, det blir då ofta vita fläckar på tandköttet.

Om du känner fortsatt obehag, avbryt behandlingen och kontakta oss. Kontaktuppgifter finner du på vår hemsida folktandvardenstockholm.se