



**СТОМАТОЛОГИЧЕСКАЯ
КЛИНИКА
МАМОНТОВА Д.Д.**
Г.КРАСНОЯРСК, УЛ.ВЕСНЫ, Д.2
ТЕЛ.8(391)2922020

Рекомендации после процедуры отбеливания

выдано Пациенту **Фамилия** **Имя** **Отчество**

1. Необходимо соблюдать «бесцветную» диету в течение 48 часов после отбеливания зубов, т.е. полностью отказаться от употребления в пищу любых красящих продуктов. Их перечень вам будет легко запомнить по следующей цветовой гамме:

Имеют очень сильный пигментирующий эффект:

- коричневый и черный цвет. Сюда относятся следующие продукты: кофе, чай, кола, ягоды (черника, ежевика и др.), шоколад, какао, бальзамический уксус, а также соевый соус;
- красный цвет: красное вино, кетчупы, красные ягоды, томаты;
- желтый цвет: горчица и карри;
- все ненатуральные красители, цвет которых бросается в глаза.. Продукты их содержащие- фруктовое мороженное, газированные напитки, конфеты и другие продукты.

2. После отбеливания полностью откажитесь от курения табачных изделий в течение 2 суток. максимально сократите количество выкуренных сигарет в последующие 2 недели после процедуры . При несоблюдении этого условия достигнутый эффект может быть полностью уничтожен.

3. После процедуры отбеливания необходимо строгого соблюдать гигиену полости рта: использовать флосс (зубную нить), качественную зубную щетку, пасту, полоскания, ирригатор. Гигиенические процедуры желательно проводить после каждого приема пищи, минимум - дважды в день. Регулярно проводите профессиональную гигиену полости рта. Такой подход позволит поддержать наилучший эстетический эффект отбеливания зубов максимально долгое время.

4. В случае возникновения дискомфорта/болезненных ощущений принять обезболивающее (Нимесил, Нурофен)

дата выдачи **Текущая дата кратк.**

Лечащий врач _____

Подпись пациента _____