

# Как отбелить зубы за 1 день в домашних условиях

Как отбелить зубы в домашних условиях ? Сода Проще всего для домашнего отбеливания зубов воспользоваться обычной пищевой содой. Гель абсолютно безвреден .

С экранов на вас смотрят белозубые ведущие? На обложках глянцевых журналов модели сверкают белоснежными улыбками? И хотя все знают, что от природы зубы не могут быть настолько белыми, тысячи рублей тратятся для того, чтобы хоть на пару тонов отбелить эмаль.

Как правило, отбеливание зубов – это одна из самых популярных услуг у стоматологов. За 15-20 минут при помощи специального аппарата врач поколдует над вашими зубами, а в итоге вы будете радовать себя и окружающих белоснежной улыбкой. [Как отбелить зубы самому дома](#). Но стоимость такой процедуры достаточно серьезна, к тому же, в дальнейшем за зубами будет нужен особый уход, чтобы эффект отбеливания не потерялся. [Как отбелить зубы в nero photoshop](#). Поэтому не все могу себе позволить профессионально отбеливать зубы у стоматолога. Предлагаем вам ознакомиться с советами, которые позволят отбелить зубы за 1 день в домашних условиях.

Как отбелить зубы за 1 день содой и перекисью водорода

Один из самых простых и распространенных способов отбеливания зубов — это сода и перекись водорода. Чтобы его использовать, необходимо смешать в равных частях пищевую соду и перекись водорода. Должна получиться кашица чуть гуще сметаны. Этой смесью нужно почистить зубы в течение 1-2 минут. [Отбелить зубы домаа](#). Глотать нельзя, а после окончания процедуры необходимо тщательно прополоскать рот.

Плюсы способа:

Не стоит использовать перекись и соду, если у вас тонкая или поврежденная эмаль зубов. Сода повредит ее еще больше, а перекись обожжет микроранки во рту. Перед тем, как пробовать этот способ, стоит проконсультироваться со стоматологом. [Где лучше отбелить зубы вкраснодаре](#).

Как отбелить зубы клубникой

Это более безопасный способ, по сравнению с первым. Для того, чтобы провести процедуру, раздавите в пюре пару спелых ягод клубники, добавьте чайную ложку соды и нанесите на зубы на 1-2 минуты. [Очень хочу отбелить зубы](#). Принцип действия заключается в том, что клубника содержит в себе яблочную кислоту, которая вместе с содой вступают в реакцию и отбеливают

зубы на 1-2 тона. [Средства для отбеливания зубов рейтинг отзывы.](#)

Результат заметен уже после первого применения.

Важно: клубника должна быть грунтовая, а не тепличная, так как привозные ягоды содержат в себе много нитратов, и совсем мало яблочной кислоты.

Поэтому не стоит использовать в процедуре те ягоды, которые продают в супермаркетах в начале весны. Стоит отметить, что результат отбеливания зависит от того, как часто вы потребляете клубнику, яблоки или землянику.

Как отбелить зубы древесной золой за 1 день

До появления зубных паст и средств для мытья посуды наши предки

использовали природные компоненты. [Капа для отбеливания зубов фото.](#)

Например, часто использовалась древесная зола: в стирке, при мытье

утвари, при чистке зубов. [Отбелить зубы цена самара.](#) Эффективность этого способа связана с тем, что в золе много гидроксида калия, который

прекрасно очищает любые поверхности. [Отбелить зубы саратов дешево.](#)

Поэтому поверхность не только становится чистой, но и светлеет.

Этим способом нельзя пользоваться постоянно, так как при частом использовании зола может повредить эмаль, ведь она является абразивом.

Поэтому такой способ можно использовать только в редких случаях. Лучше всего смешать золу с зубной пастой, чтобы минимизировать воздействие на

эмаль. [Как отбелить зубы ребенку в домашних условиях.](#)

Отбеливание зубов в домашних условиях порошком из баклажан

Совершенно безопасный способ отбеливания зубов в домашних условиях за 1 день – это баклажаны. Для этого необходимо нарезать баклажаны

колечками и в течение нескольких дней вымачивать в воде, меняя ее ежедневно. После чего засыпать овощи солью и поставить под пресс.

Спустя сутки, необходимо хорошо просушить колечки, а затем поджечь их на металлическом противне. Полученной золой можно чистить зубы. Эффект

отбеливания будет виден уже через сутки. Плюс этого способа в том, что золой из баклажанов лечат воспаленные десны. Для этого необходимо в

течение нескольких дней втирать золу в пораженные участки. Через несколько дней вы увидите, что отечность спала, а кровоточивость

прекратилась.

Вышеперечисленные способы позволят отбелить зубы в домашних условиях за один день. Но стоит понимать, что пользоваться ими часто не стоит.

Особенно это касается рецептов, где присутствует перекись водорода и

сода. [Отбелить зубы курильщика.](#) Эта смесь, если ею злоупотребить, может полностью разрушить эмаль зубов, доотбеливаться до появления

пришеечного кариеса. [Отбелить зубы домашними средствами.](#) То же

касается и древесной золы – абразивные частички оставят царапины на

эмали, что в дальнейшем вызовет ее разрушение.

Для того, чтобы ваши зубы были белыми, постарайтесь ограничить потребление черного кофе и табака, так как они оставляют коричневый налет на зубах, который, впоследствии, сложно удалить. Необходимо тщательно чистить ротовую поверхность и пользоваться ополаскивателями. А иногда можно полоскать рот лимонным соком в слабой концентрации, что позволит придать вашим зубам немного яркости.

Самое главное – регулярно посещайте стоматолога, ведь есть и профессиональные средства, которые помогут отбелить зубы за один день.

[Какой свет нужен для отбеливания зубов.](#) .