

# Как отбелить зубы в домашних условиях быстро за неделю отбелить зубы

Как же при помощи соды и угля можно отбелить зубы дома? Отбеливание зубов углем в домашних условиях. Одного раза в неделю будет достаточно, если делать процедуры в течение месяца.

Красивый и равномерный цвет зубов зависит от наследственных особенностей их строения, а также от степени воздействия на них раздражающих химических и физических факторов. Плохо сказывается на состоянии и цвете эмали курение, употребление кофе и черного чая, газированных напитков, продуктов с выраженными красящими свойствами (свеклы, горчицы, черники, бузины), а также чересчур горячей или холодной пищи.

Даже здоровые зубы могут менять свой цвет в течение жизни человека. С возрастом происходит истончение эмали, находящийся под ней дентин начинает сильнее просвечиваться. Кажется, что они стали желтые и тусклые. Поэтому чем старше становится человек, тем острее стоит вопрос, как отбелить зубы.

На сегодняшний день стоматологи предлагают несколько методов, которые позволяют быстро и качественно осветлить улыбку. Среди наиболее популярных способов лазерное, ультразвуковое и фотоотбеливание. При профессиональном отбеливании наносится специальный раствор на зубы, а затем под действием лазера, ультразвука или фото-лучей происходит усиление отбеливающего действия вещества, и зубы приобретают ровный белый цвет за 1 день (фактически за несколько часов).

Несмотря на высокую эффективность таких стоматологических манипуляций, у них есть два существенных минуса – дороговизна процедур и невозможность делать их часто, поскольку с каждым разом эмаль сильнее истончается и становится гиперчувствительной.

Нанесение специальных стоматологических гелей для самостоятельного применения. Для достижения максимального эффекта от таких гелей рекомендуют использовать специальную полимерную пластину (каппу), изготавливаемую стоматологом по слепку ваших зубов. Гель помещается в каппу, которая надевается на зубы на определенное время (согласно инструкции препарата).

Применение специальных полосок («White strips») для отбеливания передних зубов. Полоски приклеивают ежедневно в течение двух недель на верхние зубы на полчаса. После их отбеливания приступают к нижним зубам, на которые приклеивают полоски тоже на 14 дней.

Использование для чистки зубов отбеливающей зубной пасты, которая содержит абразивные микрочастицы, снимающие налет, и активные

ферментные добавки, улучшающие цвет эмали. [Как можно отбелить зубы на несколько тонов в домашних условиях а то сода не помогает.](#)

Отбеливание зубов активированным углем

Наиболее простым способом домашнего отбеливания является использование активированного угля. Благодаря содержащемуся в нем гидроксиду калия происходит обесцвечивание эмали, и зубы заметно светлеют.

Вот несколько вариантов отбелить улыбку с помощью этого средства:

Отбеливание эмали зубов перекисью водорода

Все профессиональные отбеливающие стоматологические пасты и гели содержат определенное количество пероксида водорода. Поэтому в народе получил широкое распространение способ отбеливания с помощью обычного раствора перекиси водорода, который есть дома у каждого.

Смоченными в растворе ватными дисками обрабатывают зубы, избегая избыточного нажима. Для усиления эффекта советуют смешивать перекись водорода с лимоном или содой. После процедуры отбеливания не рекомендуется есть и пить в течение трех часов, чтобы избежать попадания пищи в образовавшиеся микротрещины.

Этот метод является небезопасным, поскольку нет возможности дозировать воздействие кислоты на зубы, и вместе с отбеливанием возможно ослабление и растрескивание эмали. Кроме того, нужно избегать попадания пероксида водорода на слизистые оболочки и тем более проглатывания, поскольку возможно развитие на них химического ожога.

Отбеливание зубной эмали народными средствами

Если на походы к стоматологу для профессионального осветления зубов у вас не хватает времени или возможности, а варианты с перекисью водорода и активированным углем не внушают доверия или кажутся небезопасными, можно попытаться самостоятельно отбелить зубы без вреда для эмали с помощью щадящих рецептов народной медицины. Такие средства не оказывают никакого отрицательного влияния на зубы. Напротив, они направлены на укрепление зубной эмали и десен, и соответственно, на улучшение цвета улыбки.

Популярные народные рецепты, помогающие осветлить зубы в домашних условиях:

Чистить зубы, используя творог вместо зубной пасты. Содержащийся в нем кальций делает эмаль более устойчивой к внешним воздействиям.

Регулярно полоскать полость рта теплой водой с добавлением нескольких капель масла чайного дерева (4 капли на стакан воды). Такое полоскание абсолютно безопасно и не вредит эмали, поэтому полоскать можно утром и вечером, а также после каждого приема пищи.

Использовать для полоскания полости рта настойку корицы, которую готовят путем настаивания 150 г специи на стакане водки в течении двух недель. Затем несколько капель настойки разбавляют в теплой воде и полощут полость рта.

Разжевывать сухую гвоздику или полоскать полость рта ее отваром.

Масло чайного дерева, корица и гвоздика обладают бактерицидной активностью и убивают болезнетворные бактерии, которые являются причиной заболевания десен, неприятного запаха и кариеса.

Далеко не всегда такие народные средства настолько быстры и эффективны, как отбеливание в стоматологическом кресле или домашнее осветление профессиональными препаратами, но при систематическом их использовании можно добиться неплохих результатов.

Если в полости рта будет постоянно поддерживаться здоровая микрофлора, то через некоторое время зубы приобретут более светлый и ровный оттенок. Кроме того, если отказаться от никотина, употребления кофе и чая в больших количествах, следить, чтобы температура потребляемой пищи была комфортной, можно без вреда для зубов вернуть им здоровый блеск. . [Как отбелить зубы при тонкой эмали. Отбелить зубы лаком](#)

[Как отбелить зубы чтобы не испортить эмаль](#)

[Цена на капли для отбеливания зубов. Можно ли содой чистить и отбелить зубы](#)

[Карандаш для отбеливания зубов brilliant инструкция В какой клинике в красноярске отбелить зубы Как отбелить зубы самой дома. Смайл для отбеливания зубов](#)

[Способы отбеливания для зубов. Какое средство продается в аптеке для отбеливания зубов Название средств для отбеливания зубов.](#)