

# Как отбелить зубы дома белоснежная отбелить зубы

Как же при помощи соды и угля можно отбелить зубы дома ? Отбеливание зубов углем в домашних условиях. Для этого нужен активированный уголь, который размалывается до порошкообразной массы.

Это письмо пришло от одной из читательниц сайта ladytoday. ru. [Реально ли отбелить зубы дома.](#)

Добрый день

!

С удовольствием читаю ваш сайт, получаю на е-мейл статьи по вашей рассылке. Спасибо за интересные статьи

!

Хочу поделиться советом, как отбелить зубы дома, возможно он пригодится кому-то из женщин.

Я жила в России, потом вышла замуж иностранца, сейчас живу в США.

Хочу рассказать маленькую занимательную историю. [Сечение дерева для отбеливания зубов.](#) Тот, кто помнит нашу стоматологию 70-80 годов, поймет мои переживания с зубами. Меня не устраивал их цвет и вид. Но врачи говорили, что сделать что-то невозможно. [Где можно отбелить зубы в экб.](#)

Я приехала в США. [Как отбелить зубы в фотошопе без слоёв.](#) Эта страна у нас всегда существовала в сознании, как страна белозубых улыбок. Я стала очень тщательно присматриваться к людям. Должна сказать, что далеко не у всех здесь белоснежная улыбка.

Все зависит от природы или суммы на кредитной карте.

После знакомства с сестрой моего будущего мужа, я была удивлена, что курящая женщина имеет такие белые зубы. Я осторожно спросила у нее, сколько она тратит в год на стоматолога. Цифра впечатлила меня. Но Ингрид тут же сказала, что подарит мне один из советов своего врача.

Теперь я дарю его вам.

Что нужно делать, чтобы отбелить зубы дома?

Раз в месяц отводите по 2 дня на такую десятиминутную процедуру. Берете большую ягоду спелой клубники, растираете ее. [Средство для отбеливания зубов симптомы.](#)

Добавляете половину чайной ложки питьевой соды, наносите на зубы на 5-6 минут. [Как отбелить зубы после серебрения.](#) Потом очень тщательно чистите их зубной щеткой.

Когда я стала интересоваться отбеливанием зубов, то нашла еще много полезных советов, хочу поделиться с вами некоторыми из них:

1. Отбеливание зубов углем. Этот способ очень древний, но от этого не

менее эффективный, чем другие. Для проведения этой процедуры не обязательно использовать древесную золу, как это делали наши прабабушки. Достаточно взять несколько таблеток активированного угля, растолочь их и нанести на поверхность зубов. Затем при помощи зубной щетки тщательно почистить зубы.

2. Отбеливание перекисью водорода. Это, пожалуй, самый пригодный рецепт для домашнего использования. Все очень просто. Заранее подготовьте такой раствор: на полстакана воды – 40 капель перекиси.

[Состав для отбеливания зубов blend a med](#). Тщательно почистив зубы, прополощите рот этим раствором в течение нескольких минут.

3. Отбеливание зубов ягодами и фруктами. Способ не только эффективный, но и вкусный. Для процедуры вам понадобится несколько ягод земляники или клубники. Разжуйте ягоды во рту, но сразу не проглатывайте, а походите с этой кашицей в течение 5-10 минут. Затем можно проглотить лакомство и почистить зубы обычным способом. Еще один полезный для зубов фрукт – лимон. Вам понадобится его кожура, внутренней стороной которой можно протереть поверхность зубов. [Как отбелить зубы в домашних условиях без вреда для зубов](#). Можно также полоскать рот лимонным соком, разбавив его водой 1:1.

4. Отбеливание зубов при помощи пищевой соды. Для этого необходимо насыпать небольшую щепотку соды на зубную пасту и затем почистить зубы в течение 3-х минут. Но не переусердствуйте. [Можно ли отбелить зубы толькона 2 3 тона](#). Не стоит делать эту процедуру чаще одного раза в неделю. При более частом применении соды можно травмировать десну. Это раз. А еще истончить зубную эмаль. [Индивидуальные капы для отбеливания зубов цена](#). Это два. Зубы, конечно, станут белыми. Но зато может появиться повышенная чувствительность к горячему и холодному. А это не менее серьезная проблема, чем желтые зубы. [Аппараты для отбеливания зубов](#).

5. [Как отбелить зубы в домашних условиях с 14 лет](#). Отбеливание зубов с помощью геля. Если вы не сторонник народной медицины, можно воспользоваться специальным гелем, который продается в аптеке. Наносят такое средство на зубы с помощью зубной щетки или кисточки. После нанесения гель застывает и держится на зубах до растворения слюной. Для достижения хорошего эффекта процедуру необходимо повторять в течение двух недель.

Неприменно надо постоянно пользоваться зубной нитью, в остальные дни тщательно чистить зубы любой пастой. Важно делать это долго и

тщательно. Все. Во всяком случае, теперь я не переживаю по этому поводу.

Вам того же желаю. [Жулебино отбелить зубы.](#)

Лора. [Как отбелить зубы с содой.](#)

---

Комментарий по теме от администрации ladytoday. ru

Мысли о белоснежных зубках посещают людей издавна. Разумеется, отбеливание происходило не в клинических условиях, как это возможно сегодня, да и вопрос, чем отбелить зубы интересовал не столь широкие массы. Этот тяжелый труд в Древнем Риме, например, возлагался на плечи цирюльников, а на помощь им приходила азотная кислота и железные терки. О столь радикальных методах сегодня успешно забыли, эстетическая стоматология продвинулась далеко вперед, предлагая современному населению множество различных вариантов, как дома отбелить зубы. [Как отбелить зубы в домашних условиях с помощью лимона.](#)

Профессиональное отбеливание — это тема отдельной статьи. Ее можно прочитать по ссылке

Отбеливание зубов дома — процедура довольно щепетильная. Хоть в последнее время стоматологи в один голос твердят, что это — безопасная процедура, не разрушающая эмаль, однако определенный риск всегда присутствует, поэтому перед приемом любых препаратов (паст, полосок, гелей, смесей) лучше проконсультироваться с врачом, который сможет оценить состояние вашей эмали, ее чувствительность, десна, возможные последствия от применения способов домашнего отбеливания.

Существует также ряд других процедур, которые проводятся исключительно в стоматологических кабинетах, но зачастую приносят более длительный эффект. [Масло грейпфрута для отбеливания зубов.](#) Это может быть лазерное отбеливание, фотоотбеливание, при котором процесс запускает галогеновый свет, химическое отбеливание. [Как отбелить народными способом зубы.](#)

Также рекомендуем задуматься сначала о том, как сохранить то, что имеем, ведь существует масса продуктов и вещей, таких как курение, которые отрицательно сказываются на белоснежности зубов.

Попробуйте отказаться или хотя бы снизить потребление продуктов, которые делают зубы темнее. Возможно тогда, отбеливание вам просто не понадобится

!

К таким продуктам относятся, во-первых, кофе, крепкий чай, которые

вызывают появление темных коричневых пятен на зубной эмали. Во-вторых, газированные напитки с большим количеством пищевых (а иногда — не пищевых) красителей. Разрушительно на эмаль также действуют соки с большим количеством кислот, последние разрушают эмаль и делают зубы более податливыми действию вышеупомянутых красителей.

На время отбеливания зубов стоит отказаться от потребления цветных красящихся продуктов либо снизить их потребление. Это — свекла, морковь, черника, голубика, вишня (да практически всех ягод). Такая диета получила название бесцветной, что означает запрет на потребление всех темных, сочных продуктов — горчицы, кетчупа, красного вина и соуса. Это обусловлено тем, что после отбеливания эмаль очень легко поддается окраске, поэтому все ваши старания будут напрасны. [Лампы для](#)

[профессионального отбеливания зубов.](#)

Кроме этого, обратите внимание, что сероватый или коричневатый налет на зубах может говорить о плохом состоянии здоровья, например, об отравлении свинцом, ртутью, чрезмерном накоплении в организме железа, фтора или марганца.

Татьяна, специально для ladytoday. ru.

Как ни странно, еще наши прабабушки белили зубы. [Отбелить зубы от никотина.](#) Для этих целей они, разумеется, использовали только(!) народные средства. Сегодня говорить о возможности отбелить зубы дома, можно только тогда, когда ваши зубы в полном порядке. [Гель для отбеливания зубов купить краснодар.](#) В противном случае на стоматолога придется потратить кругленькую сумму денег.

За 1 день разумный ответ вы на свой вопрос не получите. [Фоторедактор онлайн на русском бесплатно с эффектами отбелить зубы.](#) Отбеливание зубов — это обычно процедура, которая состоит из нескольких подходов, неважно при этом, чем конкретно вы отбеливаете зубы — лимонной кислотой, солью. [Как отбелить зубы если на передних зубах есть пломбы.](#)

Я пользовалась лимонной кислотой. [Можно ли отбелить зубы при удаленном нерве.](#) Возможно 2 варианта. Первый — лимонный сок, что более эффективно, однако — менее удобно из-за его жидкого состояния. Второй вариант — натирать зубки лимонной корочкой. . [В каких аптеках можно купить капы для отбеливания зубов.](#)