

## 10 способов дома лимоном

Суть метода отбеливание зубов лимоном . Процедура осветление зубной эмали лимоном заключается в обычном физическом воздействии на верхний ее слой, с целью изменения оттенка. Как отбелить зубы лимоном пошагово.

Кто планирует делать эту процедуру, вам будет полезно почитать. Это самый безопасный способ: врач готовит зубы к процедуре и контролирует процесс осветления. Если проблемы и возникают, стоматолог тут же их решит: подровняет цвет, залатает трещинки эмали, позаботится о деснах, порекомендует лечебную зубную пасту. А зубы после такого отбеливания станут не только идеально белыми, они будут еще здоровее, чем раньше.

Цена вопроса: от 5 900 рублей и выше.

Комментарии эксперта. Это действительно самый безопасный способ отбеливания, но и самый дорогой. Очень важно, чтобы стоматологическая клиника, предоставляющая услуги отбеливания зубов, обладала хорошим оборудованием, а врач был действительно квалифицированным. В данном способе отбеливания зубов существует множество.

Способ № 2 – механическое отбеливание зубов

Это обычная чистка зубов от налета и зубного камня. Стоматолог направляет на зубы струю песочно-соляного раствора или ультразвуковой аппарат, который срывает налет с зубов. Этим методом можно осветлить эмаль зубов на тон-два, но не светлее, чем твой натуральный цвет. Это самая полезная процедура, которую не только можно, но и нужно проводить каждые полгода; зубы благодаря ей будут здоровее и чище.

Цена вопроса: от 700 рублей и выше.

Комментарии эксперта. Я бы советовала проводить процедуру механического отбеливания не реже раза в год и даже включила бы ее в бесплатные процедуры в государственных клиниках.

Механическое отбеливание зубов – это необходимая для всей зубной полости процедура. [Прибор для отбеливания зубов купить](#). Она не только не повредит зубам, но и позволит предотвратить многие зубные заболевания.

Способ № 3 – домашнее отбеливание зубов

Это способ для тех, кто боится стоматологов. Врач готовит тебе каппы по размеру зубов и дает осветляющий гель. А дома ты уже проводишь самостоятельное отбеливание зубов: заливаешь гель в каппы и надеваешь на зубы перед сном.

Очевидный плюс: процедура отбеливания проходит незаметно, а цвет зубов в итоге становится светлее, чем родной, и потом, врач хоть и дистанционно, но все же следит за ходом отбеливания.

Минус в том, что отбеливание зубов подобным способом разрушает эмаль, из-за чего зубы становятся чувствительными к теплу и холоду.

Цена вопроса: от 4 000 рублей и выше.

Комментарии эксперта. Я не рекомендую своим пациентам данный вид отбеливания. Отбеливание зубов при помощи капп ведет не только к разрушению эмали и повышению чувствительности зубов, но и к увеличению риска заболевания кариесом. Этим способом стоит пользоваться, только если зубной врач для тебя действительно хуже любой страшилки. Но я все же надеюсь, что это не так.

Способ № 4 – отбеливание зубов гелем, или колгейт-отбеливание  
Это медленный и незаметный способ высветлить зубы. Для колгейт-отбеливания ты кисточкой наносишь гель на зубы, он застывает и держится, пока его не смоет слюной. К плюсам относится бережное отбеливание и стойкий результат.

Есть, правда, и минус: эффект не такой яркий, как если бы зубы отбеливал врач, а процедура длится полмесяца.

Цена вопроса: от 80 рублей и выше. [Гели для отбеливания зубов whitelight.](#)

Комментарии эксперта. Это весьма щадящий и безвредный способ отбеливания. Правда, он не подойдет тем, кому нужно оперативное отбеливание зубов к свадьбе или какому-то другому важному торжеству.

Способ № 5 – народное отбеливание зубов лимонными корками

Твоя бабушка наверняка отбеливала зубы именно этим способом. [Лампа для отбеливания зубов китай.](#) Возьми лимонные корки и просто регулярно протирай ими зубы. Этот способ экономичен и не имеет противопоказаний. Единственный его минус заключается в том, что результат будет виден далеко не сразу. Да и белоснежными твои зубы от лимона вряд ли станут. Безусловно, они посветлеют на пару оттенков, но идеальной белизны, используя этот метод, ты не добьешься.

Цена вопроса: от 10 до 50 рублей.

Комментарии эксперта. Со стороны стоматологов действительно нет противопоказаний отбеливанию зубов при помощи лимонных корок. Но вот в случаях желудочных заболеваний я бы не советовала пользоваться этим способом регулярно.

Способ № 6 – отбеливание зубов перекисью водорода

Перекисью водорода издавна отбеливали не только волосы, но и зубы. Все, что для этого нужно, – взять ватку, смочить ее в перекиси водорода и аккуратно протереть внешнюю сторону зубов.

Очевидный плюс данного метода – это то, что результат виден практически сразу. Минусов же хоть отбавляй: во-первых, перекись водорода разрушает зубную эмаль. Во-вторых, зубы после отбеливания перекисью могут

приобрести неестественно белый цвет. [Как использовать активированный уголь для отбеливания зубов.](#)

Цена вопроса: от 7 до 15 рублей.

Комментарии эксперта. Не советую пользоваться этим способом отбеливания зубов, хотя он и экономичен, и результат виден сразу.

Перекись водорода очень вредна для зубов. Выражение «Скупой платит дважды» как нельзя лучше подходит в этом случае. Сейчас ты сэкономишь свое время и деньги на поход к стоматологу, зато после парочки подобных процедур тебе придется побывать у стоматолога не раз, чтобы вылечить свои зубы.

Способ № 7 – отбеливание при помощи активированного угля

Возьми 1 таблетку активированного угля, разбей ее в порошок, смешай с небольшим количеством воды и чисти полученной смесью зубы. Делать это нужно не чаще трех раз в неделю.

Имей в виду, что при более частом использовании активированного угля ты можешь разрушить свою зубную эмаль окончательно. Данный метод дает неплохой результат, но только при его нечастом использовании.

Цена вопроса: от 4 до 20 рублей

Комментарии эксперта. Это менее вредный способ отбеливания, чем, к примеру, отбеливание при помощи перекиси водорода, и тем не менее я не советую применять его. Активированный уголь способствует скорейшему разрушению зубов. А если твои зубы будут разрушены, тут уже тебя белоснежная улыбка не порадует.

Способ № 8 – народное отбеливание зубов содой

Еще одним известным народным средством отбеливания зубов является сода. Все, что тебе нужно, – это насыпать ее на марлечку и регулярно протирать этой марлечкой зубы. Этот способ, безусловно, хорош своей легкодоступностью. Но у него есть и противопоказания: к примеру, сода травмирует чувствительную эмаль зубов. И в итоге ты можешь получить пусть и белоснежные, но гиперчувствительные зубки.

Цена вопроса: от 20 до 50 рублей.

Комментарии эксперта. Не пользуйся данным способом отбеливания.

Восстановление зубной эмали – это длительный курс лечения. Думай не о сиюминутном результате, а о будущем здоровье своих зубов. [Безопасное средство для отбеливания зубов.](#)

Способ № 9 – отбеливание зубов зеленым чаем

Говорят, для того, чтобы зубы стали светлее, нужно пить зеленый чай. В зеленом чае содержится фтор, поэтому зубы постепенно будут приобретать более светлый оттенок. Плюсов у данного метода масса, так как о пользе

зеленого чая для нашего здоровья можно говорить годами. [Заказать средство для отбеливания зубов вайт лайт.](#)

Очевидный минус данной процедуры: результат будет виден не сразу, и, как ты уже, наверное, догадалась, даже если ты будешь пить зеленый чай на завтрак, обед и ужин, твои зубки все равно в итоге не приобретут идеально белый оттенок.

Цена вопроса: от 30 рублей и выше.

Комментарии эксперта. Абсолютно безвредный и, можно даже сказать, полезный способ отбеливания зубов, но от одного зеленого чая твоя улыбка не станет белоснежной. Его стоит использовать для поддержания уже полученного результата отбеливания зубов. Я часто советую это своим пациентам.

Способ № 10 – отбеливание зубными пастами

Что может быть проще? Паста чистит и отбеливает зубы, быстро и недорого. Но имей в виду, на самом деле пасты действуют почти так же, как и механическое отбеливание: они не осветляют зубы, а только снимают зубной налет. Да и пользоваться отбеливающими пастами можно не более месяца, потом нужно давать отдых зубной эмали.

Цена вопроса: от 25 рублей и выше.

Комментарии эксперта. Есть масса действительно хороших зубных паст, которые осветляют зубы на пару оттенков. Правда, эти зубные пасты и стоят преимущественно дороже 200 рублей. [Фотошоп урок как отбелить зубы.](#) В любом случае перед их применением я бы все же советовала проконсультироваться со своим стоматологом. [Кальций для отбеливания зубов отзывы.](#)

Информация взята с сайта . [Можно ли отбелить зубы активированным углём.](#)