

Conseils pour le blanchiment dentaire

Étapes à suivre:

1. Avant chaque application, il est important de bien broser les dents et de passer la soie dentaire.
2. Déposez une goutte de produit dans chacune des dents de la gouttière. La quantité déposée ne devrait pas excéder la grosseur d'un pois.
3. Insérez les gouttières en bouche. Si du produit blanchissant déborde de la gouttière, vous pouvez passer un « Q-tip » sur les gencives afin de retirer l'excédent. Il est important de se rappeler qu'il n'est pas dangereux d'avaler le produit blanchissant en faible dose. Vous éprouverez un désagréable goût amer ainsi qu'une possible irritation passagère de la gorge.
4. Conservez les gouttières en bouche pendant un minimum de 2 heures lors d'un blanchiment au peroxyde de carbamide, et pendant 1 heure lors d'un blanchiment au peroxyde d'hydrogène. Le moment de la journée importe peu. Vous pouvez porter les gouttières toute la nuit, uniquement lors d'un blanchiment au peroxyde de carbamide.
5. À la fin de chaque traitement, retirez les gouttières, rincez-les avec de l'eau et brossez-les légèrement au besoin.

Il est possible qu'une hypersensibilité des dents et/ou des gencives puissent survenir lors du traitement. Voici nos recommandations afin de palier à la situation :

1. Hypersensibilité des dents (froid) :

Nous vous conseillons de garnir l'intérieur de la gouttière avec un dentifrice désensibilisant tel que *Sensodyne*, *Colgate pour dents sensibles* ou tout autre dentifrice que nous vous aurons recommandé, suite à votre traitement quotidien. Porter les gouttières 5 minutes avec cet agent désensibilisant. Sachez que l'hypersensibilité causée par le blanchiment dentaire est toujours réversible; une fois le traitement

terminé, les dents retrouveront le degré de sensibilité qu'elles avaient au départ.

2. Hypersensibilité des gencives :

Les gencives deviennent rouges et sont sensibles lors du nettoyage. Du saignement au brossage est même possible. Nous vous conseillons de diminuer la quantité d'agent blanchissant que vous mettez dans les gouttières et, s'il-y-a-lieu, d'espacer les traitements quotidiens si la sensibilité demeure. Il est également possible de se procurer des capsules de vitamine E à la pharmacie. Couper ces capsules en 2 et frottez les gencives avec. Ceci diminuera l'inflammation.

La durée totale du traitement devrait être d'environ 10 à 14 jours. Certains patients voudront poursuivre au-delà de 14 jours, mais soyez avisé que l'impact au niveau de l'effet blanchissant est de plus en plus minime au-delà de 2 semaines.

Le résultat final du blanchiment est très variable d'une personne à une autre. Il est fonction de l'âge du patient, de la couleur initiale des dents et du type de tâche affectant vos dents. De plus, certaines malformations de l'émail, ainsi que les dents dévitalisées, ne répondent pas bien au blanchiment. Pour toutes ses raisons, il est très difficile pour nous d'évaluer, à l'avance, le résultat final d'un blanchiment. Toutefois, il y a dans tous les cas, un éclaircissement certain de la teinte des dents, peu importe les patients.

Après le blanchiment

1. Suite au traitement, il est nécessaire d'attendre 1 semaine avant d'entreprendre un travail sur vos dents. La couleur finale de celles-ci se stabilise au cours de cette période.
2. La durée de l'effet du blanchiment est en fonction des habitudes de vie des patients. Les liquides colorés (café, thé, tisane, vin rouge), ainsi que le tabac, vont tâcher à nouveau les dents. Des retouches seront donc nécessaires. Ces retraitements sont habituellement d'une durée de quelques jours et ne nécessitent pas la fabrication de nouvelles gouttières. Vous pourrez donc vous procurer, à la clinique, des seringues contenant le peroxyde pour un coût bien moindre que le traitement initial.