

つつみした歯科News

R3.2月号

〒533-0022

大阪市東淀川区菅原6-19-4

TEL: 06-6160-4618

HP: www.tsutsumishitashika.com

2月のテーマは引き続き ホームホワイトニング についてです。

★前回のおさらい★

E part. 23

ホワイトニングをする前のチェックをしっかりとしよう!

- ①ムシ歯がないか、治療は終わっているか
- ②歯茎は腫れていないか、
- ③かぶせは入っているか (ホワイトニングでかぶせの色は変わらないため) の説明をしました!!



今回はホワイトニングの手順についてお伝えしていきます♪

好きな時間を使って自分好みの白さになろう!

- ①自分専用のマウスレーを作製する (作製期間約1週間)
- ②ホワイトニング剤のお渡し
- ③お好きな時間 (就寝中でもOK) にホワイトニングをする。
薬剤をマウスレーにつけて準備する。
- ④歯に装着し 2~6時間過ごす。
- ⑤使い終わったトレーはきれいに洗浄して水分を拭き取り清潔に保つ。
- ⑥毎日、まずは2週間続ける。



注意

効果は個人差があるため希望の白さになるまで1ヶ月かかる場合があります。

希望の白さになった後も定期的なメンテナンスで
白さを長く保ちましょう💎