

FICHE CONSEIL

ÉCLAIRCISSEMENT DENTAIRE AMBULATOIRE

Pour que tout se
passe bien...

PROTOCOLE

- Bien se brosser les dents, passer le fil dentaire et les brossettes
- Appliquer une petite goutte de gel à l'intérieur de la gouttière, comme expliqué par votre praticien.
- Insérer la gouttière
- Contrôler, éliminer les éventuels excès avec votre doigt, votre brosse à dent ou un coton tige
- Porter vos gouttières toute la nuit (2h minimum)
- Ne pas boire, manger ni fumer pendant le port de la gouttière.
- Une fois le temps écoulé, retirer la gouttière, éliminer les résidus sur les dents, rincer la bouche et cracher.
- Bien rincer les gouttières, les sécher et les ranger dans leur boîte.
- Conserver les seringues de gel au frigo.

ALIMENTATION

- Eviter :
 - Vin
 - Fruits rouges (cerises, myrtilles, cranberries ...)
 - Epices (curry, curcuma ...)
 - Sodas
 - Café, thé
 - Tabac.
 - ...

SENSIBILITÉS

Des sensibilités peuvent rarement apparaître, généralement en fin de traitement.

En cas de sensibilités, veuillez contacter le cabinet, nous ferons le point avec vous et nous vous proposerons une solution adaptée.