

# Λεύκανση δοντιών

## Πως γίνεται η λεύκανση;

Κατά περίπτωση, η λεύκανση μπορεί να γίνει στο ιατρείο με τη βοήθεια συσκευής laser ή στο σπίτι με τη χρήση ειδικών ναρθήκων.

Συνήθως, ο οδοντίατρος εφοδιάζει τον ασθενή με δύο μαλακούς νάρθηκες που έχουν κατασκευαστεί ειδικά για εκείνον, ώστε να εφαρμόζονται στην άνω και κάτω γνάθο. Σε αυτούς τοποθετείται ένα ειδικό ζελέ και φοριούνται μερικές ώρες την ημέρα επί 10-12 ημέρες.

Καλύτερα αποτελέσματα επιτυγχάνονται με laser και συντήρηση του αποτελέσματος με νάρθηκα στο σπίτι.

## Σε ποιες περιπτώσεις εφαρμόζεται;

- Για αντιμετώπιση γενικευμένης δυσχρωμίας των δοντιών
- για την λεύκανση των γειτονικών δοντιών πριν την τοποθέτηση μιας προσθετικής εργασίας (π.χ. γέφυρας πορσελάνης) ώστε η γέφυρα να κατασκευαστεί σε πιο ανοικτό χρώμα
- ή απλά, εάν κάποιος επιθυμεί πιο φωτεινά και λευκά δόντια

## Η λεύκανση κάνει ζημιά στα δόντια;

Κατηγορηματικά όχι! Η λεύκανση είναι μια τεκμηριωμένη και απολύτως ασφαλής ιατρική πράξη που έχει εφαρμοστεί σε εκατομμύρια ανθρώπους στον κόσμο εδώ και αρκετά χρόνια και δεν προκαλεί απολύτως καμία φθορά στα δόντια ή στα ούλα, εφόσον γίνεται σωστά και με ιατρική καθοδήγηση.

Η μόνη ανεπιθύμητη ενέργεια που μερικές φορές εμφανίζεται είναι μια παροδική ευαισθησία των δοντιών στο ζεστό και στο κρύο, που περνά εντελώς με το τέλος της θεραπείας.

## Πόσο θα ασπρίσουν τα δόντια μου;

Το αποτέλεσμα της λεύκανσης δεν είναι προβλέψιμο. Σε κάθε άνθρωπο υπάρχει ένα όριο όσον αφορά στο πόσο μπορούν να ασπρίσουν τα δόντια του. Έτσι, κάποιοι ανταποκρίνονται καλύτερα στη διαδικασία της λεύκανσης ενώ σε κάποιους άλλους το αποτέλεσμα είναι λιγότερο εντυπωσιακό.

Στατιστικά, το 85% των ατόμων που κάνουν λεύκανση είναι πολύ ευχαριστημένοι από το αποτέλεσμα.

Είναι σημαντικό να κατανοούμε και να σεβόμαστε αυτό το ατομικό όριο του κάθε ανθρώπου και να μην «πιέζουμε» τα δόντια να ασπρίσουν περισσότερο απ'όσο μπορούν με παράταση της λεύκανσης ή υπερβολική χρήση laser.

## Τα δόντια ασπρίζουν περισσότερο με το laser απ'ότι με τους νάρθηκες;

Το αποτέλεσμα της λεύκανσης εξαρτάται από τη δομή των δοντιών κάθε ανθρώπου και όχι από την τεχνική που θα ακολουθήσουμε, εφόσον εφαρμοστεί σωστά.

Επικρατούσα είναι η άποψη ότι το laser δίνει πιο εντυπωσιακά αποτελέσματα. Με το laser η λεύκανση επιτυγχάνεται πιο γρήγορα και και πιο εύκολα. Καλό είναι όμως, στις περισσότερες περιπτώσεις να συνδυάζεται και με χρήση ναρθήκων, για σταθεροποίηση του αποτελέσματος.

Αν και οι δύο μέθοδοι είναι ασφαλείς και τεκμηριωμένες, ο γιατρός είναι εκείνος που θα προτείνει, αφού συνεκτιμήσει διάφορους παράγοντες, ποια είναι καταλληλότερη για κάθε περίπτωση.

## **Πόσο διαρκεί το αποτέλεσμα της λεύκανσης και πώς συντηρείται;**

Το αποτέλεσμα της λεύκανσης με σωστή συντήρηση διατηρείται για πολλά χρόνια.

Αμέσως μετά το τέλος της διαδικασίας και στις πρώτες 15 μέρες χάνουμε το 5-8% του αποτελέσματος. Αυτή η «απώλεια» είναι φαινομενική και όχι πραγματική και οφείλεται στην αποκατάσταση της αφυδάτωσης που προκαλείται κατά τη διάρκεια της λεύκανσης και κάνει τα δόντια να φαίνονται λίγο πιο λευκά απ'ότι πραγματικά είναι. Στη συνέχεια το χρώμα σταθεροποιείται για ένα διάστημα και μετά αρχίζει με βραδύ ρυθμό να υποχωρεί. Προκειμένου να συντηρήσουμε το αρχικό αποτέλεσμα της λεύκανσης απαιτείται εφαρμογή των ναρθήκων στο σπίτι ανά τακτά διαστήματα.

## **Τι είναι η εσωτερική λεύκανση;**

Πρόκειται για τεχνική που εφαρμόζεται σε μεμονωμένα δόντια που έχουν σκουρύνει μετά από απονεύρωση.

Στο εσωτερικό του δοντιού τοποθετείται ένας οξειδωτικός παράγοντας που ελευθερώνει ρίζες οξυγόνου και ανανεώνεται κατά διαστήματα.

Ανώδυνη μέθοδος με εξαιρετικά αποτελέσματα. Απαιτεί 2-4 επισκέψεις.

## **Οι καπνιστές μπορούν να κάνουν λεύκανση;**

Κατά τη διάρκεια της λευκαντικής διαδικασίας και για τις επόμενες 2 εβδομάδες μετά την ολοκλήρωσή της, τα δόντια γίνονται πορώδη απορροφούν εύκολα χρωστικές στο εσωτερικό τους. Συνεπώς για το διάστημα αυτό πρέπει να είμαστε πολύ προσεκτικοί και να αποφεύγουμε οτιδήποτε μπορεί να χρωματίσει τα δόντια, όπως κάπνισμα, καφές, κόκκινο κρασί, τσάι κ.λπ. Μετά το πέρας αυτού του διαστήματος μπορούμε να καπνίζουμε ελεύθερα. Πάντως, άτομα που καπνίζουν πολύ δεν είναι καλοί υποψήφιοι για λεύκανση.