



Dents blanches : essayons la technique du blanchiment !

Comme au fil des ans, les dents perdent de leur éclat, le blanchiment est un moyen pour retrouver un sourire lumineux.

Mais, il n'y a pas de recette miracle ou de produit magique bon marché

Afin de déterminer si cette technique est adéquate ou recommandée, il faut définir les raisons de la décoloration des dents.



Les Mutualités Neutres

VOTRE LIBERTE, VOTRE SECURITE

www.mutualites-neutres.be

Ch. de Charleroi 145 - 1060 Bruxelles



Les causes principales sont le tabac, le café, le thé, le coca, les sodas, le vin rouge, les aliments colorants, le tartre et la plaque dentaire, la dévitalisation d'une dent, une concentration excessive de fluorure dans l'organisme, le vieillissement de la dent; certains médicaments (antidépresseurs,...)...

Il est préférable de commencer par un traitement de blanchiment supervisé par un dentiste.

Mais il est possible d'acheter en grande surface ou en pharmacie des kits blancheur sous forme de sticks, de bandes, de gels ou de gouttières. Attention à bien respecter le mode d'emploi !

Avant d'essayer une de ces méthodes, sous contrôle et sur instruction du dentiste (il faut connaître les effets désirés), faisons un bilan bucco-dentaire pour nous assurer que nos dents sont parfaitement saines.

En tout cas :

- il ne faut aucune carie ni de problèmes de gencives (irritations gingivales,...) car cela peut entraîner de graves risques d'inflammation et d'infections;
- il faut un détartrage efficace;
- il faut éviter les agrumes et autres aliments acides pendant tout le traitement car ils peuvent accroître la sensibilité dentaire.

Et afin de prolonger le résultat obtenu, il y a lieu :

- d'abandonner nos mauvaises habitudes alimentaires (colorants,...),
- de limiter notre consommation de tabac, café,... et d'avaler un grand verre d'eau pour nous rincer la bouche;
- de nous brosser fréquemment les dents, minimum trois fois par jour avec un dentifrice au fluor et une brosse souple;
- d'éviter les dentifrices blanchissants qui sont généralement trop corrosifs;
- d'utiliser du fil dentaire;
- de consulter régulièrement notre dentiste afin de vérifier le bon état des gencives,...;
- de pratiquer un détartrage des dents

A noter que le blanchiment ne change pas la couleur des plombages ou des couronnes existants, qu'il est recommandé de ne pas suivre un tel traitement pendant la grossesse et l'allaitement, et qu'indépendamment de la couleur réelle de ses dents, la personne dont la peau est plus foncée ou qui utilise un maquillage forcé donnera l'impression d'avoir des dents plus blanches.