イラスト.tifイラスト.tifイラスト.tifイラスト.tif

ホワイトニングは「過酸化水素」を使用しており、エナメル質の厚さによっては術後若干の刺激を感じる人がいます。この「刺激感」は象牙質の一時的な脱水症状で、これで歯が悪くなることはありません。ご安心ください。通常半日程度でなくなります。また、しみる場合は知覚過敏用歯みがき剤の使用をおすすします。

半年に１度程度、後戻り防止のための定期的なホワイトニングを行うことをお勧めします。

痛み・薬

顔の腫れや内出血斑（青アザ）が、人によっては出ることがあります。腫れは２〜３日目がピークになります。その間は２０分毎に冷水で湿布してください。氷などの極端に冷たい湿布はかえって治癒を悪くしますので避けて下さい。内出血は数日で自然に消えていきますので心配ありません。

腫れ・内出血斑

手術後は抗生物質や鎮痛剤を処方します。鎮痛剤は痛む時だけ飲めばよいのですが、抗生物質は傷口からの感染を防ぐため飲みきってください。薬はきちんと指示通りに飲む事が大切です。

手術当日は、強くうがいをしないで下さい。傷口から出血することがあります。通常１日位は唾液に血が混ざりますが、出血が多いときは清潔なガーゼか脱脂綿をまるめて傷口にあて、20分くらい噛んで下さい。また、指や舌で触ったり、マッサージはしないで下さい。もしそれでも流れる程度の出血がある場合には、歯科医院にご連絡下さい。

1. 手術当日は、お風呂は軽く流す程度かシャワーにして下さい。

2. 飲酒・喫煙はできることなら2週間は控えて下さい。

3. 手術後より2〜3日は過激な運動は避けて下さい。

4. 処置した所を指や舌でさわったりマッサージをしないで下さい。

5. 毎食後及び就寝前には、処方された含嗽剤で消毒して下さい。

6. 今まで使用されていた義歯（入れ歯）はできれば使用しないで下さい。

7. 傷口に強い力をかけないで下さい。

**術後約1週間はホワイトニング用歯磨剤の使用をお勧めします。**

TEL:012-345-6789 月〜金：9:30〜18:30 土：9:30〜17:00　休診：水・日・祝

**医療法人 丸々会　寺菱歯科医院**

その他生活に関する注意事項

麻酔がきいている間は、誤って舌・頬・唇を噛んでしまいますので、食事は、麻酔がさめてから軟らかいものを反対側で噛むようにしてお取り下さい。手術部位に刺激が加わると感染の原因になる場合がありますのでご注意下さい。熱いもの、刺激物も要注意です。

食事について

出血について（止血方法）

歯の白いシミは、歯ができるときに飲んだ高濃度のフッ素、初期虫歯、乳歯期の虫歯などの原因が考えられます。いずれの場合も、歯に元々あるものがホワイトニングによって強調されたものです。特にホワイトニング直後はシミの白さがかなり強くなりますが、24～48時間で少し落ち着いてきます。数週聞から数ヶ月経つと周りになじんできます。

歯の白斑について

痛み・刺激について

* ヨーグルト・チーズ
* 大根

■レモンなどの酸性の飲食物

* 味噌・しょうゆ・ソース・からし・わさび
* うがい薬　■口紅　■カレー
* パン・お米大根
* お吸い物など色の薄い食べ物

**インプラント手術後の注意事項**

**インプラント手術後の症状と注意**

**ホワイトニング後の症状について**

**ホワイトニング後の注意事項**

ホワイトニング後24時間内でも**口にして良い**もの

ホワイトニング後24時間は**さけた方が良い**もの

ホワイトニング後に酸性のものを口にすると、歯の表面のカルシウムを溶かし荒れてしうため、元に戻りにくくなります。ホワイトニング直後はカルシウムが溶けやすく着色しやすい状態です。色の濃い食べ物や酸っぱいものは避けましょう。

* 水・牛乳
* 白身魚
* タバコ、コーヒー・紅茶・
* 日本茶、ウーロン茶、ワイン、ジュース類
* ぶどう・トマトなどの色の濃い野菜類

TEL:012-345-6789 月〜金：9:30〜18:30 土：9:30〜17:00　休診：水・日・祝

**医療法人 丸々会　寺菱歯科医院**

**医療法人 丸々会　寺菱歯科医院**

TEL:012-345-6789 月〜金：9:30〜18:30 土：9:30〜17:00　休診：水・日・祝

TEL:012-345-6789 月〜金：9:30〜18:30 土：9:30〜17:00　休診：水・日・祝

**医療法人 丸々会　寺菱歯科医院**