

Рекомендації при відбілюванні зубів системою Fläsh

Рекомендується:

За день до процедури відбілювання, в день процедури (за 40 хвилин до прийому) та на наступний день приймати:

- Ібупрофен 400 мг – 1 раз / день
- Вітамін С 500 мг – 1 раз / день

«Біла дієта» перші дві доби максимально та протягом наступних двох тижнів обов'язково.

«Біла дієта» — рис, кисломолочні продукти (сир, сметана, молоко, кефір, ряжанка, йогурт без добавок), картопляне пюре, курка відварна, риба біла відварна, банани, хліб білий, вода негазована.

Після процедури відбілювання кожні 2 години втирати мус (видається в клініці).

Не рекомендується:

Усі продукти, які забарвлюють зубну емаль: чай, кава, сік, газовані напої, вино червоне, коньяк, пиво, кольорові овочі (червоний перець, морква, буряк, помідори), спеції, приправи, шоколад, а також не користуватися протягом 24 годин кольоровими зубними пастами, губною помадою і утриматися від паління.