

Betreft: Instructie thuisbleken

U overweegt om uw gebit te bleken.

Alvorens hiermee te beginnen, is het noodzakelijk deze instructie goed door te lezen.

Wat heeft u nodig:

1. 4 tubes 'Opalescence' voor boven en- onderkaak
2. Kunststof bleeklepels
3. Een schone, zachte tandenborstel die u niet voor andere doeleinden gebruikt

Pas de lepels in de mond door deze over de tanden en kiezen te plaatsen. Neem de lepels vervolgens uit en poets uw tanden op de gebruikelijke manier. Spoel goed na. Neem één van de spuitjes en spuit (ongeveer) $\frac{1}{4}$ van de hoeveelheid gel in elke lepel (één druppel per tand of kies). Doe dit alleen aan de kant die de zichtbare zijde van de tanden en kiezen bedekt. Plaats de lepel in de mond. De overmaat aan gel zal uit de lepels lopen en dient verwijderd te worden, bv. door een wattenstaafje. Afhankelijk van de door de tandarts gegeven instructie, draagt u de lepel 2 uur overdag of 's nachts. De opalescence is na 2 uur uitgewerkt. Na de behandeling poetst u uw tanden eerst met water om de overtollige gel te verwijderen en daarna met (witte) tandpasta. Maakt u met de aparte tandenborstel de lepels schoon.

Na verloop van tijd is het mogelijk de behandeling (gedeeltelijk) te herhalen. Er bestaat namelijk een kans op terugval van het bereikte resultaat. Zowel het resultaat als de terugval zijn per individu verschillend en dus niet te voorspellen. U krijgt bij ons dan ook een consultafpraak om het resultaat te beoordelen, bepalen en registreren.

Hoewel de behandeling veilig is voor tanden en kiezen, kan het wel gevoeligheid opleveren van tanden, kiezen en tandvlees. Indien dit storend wordt, raden we u aan te spoelen met een neutraal, kleurloos fluoridespoelmiddel, bv. van Elmex. Ook het spoelen met melk doet de gevoeligheid afnemen.

Aandachtspunten:

- gebruik geen huishoudbleekmiddelen om uw tanden te bleken
- het wordt de vrouwen die zwanger zijn en die borstvoeding geven afgeraden te bleken
- houdt de gel uit hitte en zonlicht en vries het niet in, wel koel bewaren
- vullingen en kronen reageren niet op het bleekproces
- zuur voedsel en zure dranken, bv. vruchtensappen, kunnen gevoeligheid veroorzaken
- indien er vragen zijn over de behandeling, bel dan de praktijk
- vermijd roken en eten op het moment dat de lepels in de mond zijn