



คำแนะนำและข้อปฏิบัติ ภายหลังการฟอกสีฟัน



- โดยทั่วไป บริเวณคอฟันจะมีสีฟันเข้มกว่าส่วนปลายฟัน จึงต้องการเวลาในการฟอกสีนานขึ้น เพื่อให้ได้สีฟันที่ขาวและเมื่อกายหลังการฟอกสีฟัน ก็อาจยังมีสีเข้มกว่าส่วนปลายฟันได้บ้าง
- ผู้ป่วยบางราย อาจมีอาการเสียวฟันจากการฟอกสีฟัน หากท่านพบปัญหาดังกล่าว สามารถปรึกษาทันตแพทย์ได้
- อาหาร และเครื่องดื่มที่มีความเป็นกรดสูง หรือร้อน/เย็นจัดอาจทำให้เกิดอาการเสียวฟันได้
- ผู้ป่วยบางรายอาจรู้สึกผิปกดที่เหงือก, ริมฝีปาก, ลำคอ และลิ้น หากมีอาการต่อเนื่องเกิน 2 วัน หรืออาการไม่ดีขึ้น ให้รีบปรึกษาทันตแพทย์ อาการข้างเคียงเหล่านี้มักจะดีขึ้นภายใน 1-3 วันหลังหยุดการรักษา
- บุหรี่, กาแฟ รวมถึง อาหารและเครื่องดื่มบางชนิด อาจมีผลต่อสีฟัน ทั้งระหว่าง และภายหลังการรักษาได้ ซึ่งหากเกิดขึ้น สามารถฟอกสีฟันซ้ำได้ 2-3 วัน ด้วย Opalescence จึงควรงดอาหาร/เครื่องดื่มที่สามารถติดคราบสีที่ฟัน

- การพบทันตแพทย์เพื่อตรวจเช็ก และทำความสะอาดช่องปากเป็นประจำ เป็นส่วนสำคัญ ทั้งก่อนและหลังการฟอกสีฟัน เพื่อรอยยิ้มที่มีสุขภาพดี
- หากมีปัญหาเกี่ยวกับการรักษา โปรดปรึกษาทันตแพทย์

ข้อปฏิบัติ เพื่อให้ได้ผลการรักษาที่ดีที่สุด

- หลีกเลี่ยงการรับประทานอาหาร และเครื่องดื่ม ที่ทำให้เกิดคราบอาหาร เช่น ชา กาแฟ ไวน์ ไวน์แดง เป็นต้น และงดการสูบบุหรี่ เป็นเวลาอย่างน้อยหนึ่งสัปดาห์ หรือระหว่างฟอกสีฟันที่บ้าน
- ดูแลรักษาความสะอาดของช่องปากและฟันตลอดเวลา ทั้งนี้ การดูแลช่องปากที่ดี สามารถช่วยให้สีฟันที่ขาวขึ้น อยู่ได้นานขึ้น ทันตแพทย์อาจแนะนำให้ใช้การฟอกสีฟันแบบทำเองที่บ้านร่วมด้วย

คำแนะนำหลังการฟอกสีฟัน

เมื่อเกิดอาการเสียวฟัน สามารถลดอาการได้โดย

- หลีกเลี่ยงอาหาร และเครื่องดื่มร้อน/เย็นจัด ที่มีความเป็นกรด หรือมีรสเปรี้ยว
- ตามปกติ วัสดุอุดคอมโพสิต หรือวัสดุอุดสีเงิน อาจทำให้เกิดคราบสีม่วงคล้ำที่กดใส่น้ำยาฟอกสีฟันได้
- รับประทานยาแก้ปวด เช่น พาราเซตามอน
- ใช้ยาสีฟันลดอาการเสียวฟัน

