

Traitement de blanchiment - Instructions au patient

1. Brossez soigneusement les dents et passer la soie dentaire.
2. Essayer la gouttière en bouche, sans le gel, devant un miroir, afin d'en vérifier la position et le confort.
3. Placer le gel, de la grosseur d'un grain de riz par dent, à l'intérieur de la gouttière. Vous n'avez pas à mettre du produit sur les dents non visibles au sourire. Avec les deux mains, insérer délicatement la gouttière en bouche.
4. Enlever l'excédent de gel au niveau des gencives. L'agent de blanchiment n'est pas toxique, mais un excédent de gel au niveau des gencives peut causer une légère irritation des gencives.
5. Porter la gouttière au minimum 2 heures ou selon la période de port recommandée par votre dentiste.
6. Une fois la période de port écoulée, retirez la gouttière à l'aide de vos deux mains.
7. Rincer la bouche et broser les dents. La gouttière doit aussi être rincée et brossée à l'intérieur comme à l'extérieur avec de l'eau fraîche après chaque utilisation.
8. Des visites de contrôle seront planifiées pour vérifier que tout se passe bien et que vos gouttières sont toujours bien adaptées. Le changement de teinte de vos dents sera aussi vérifié.

En cours de traitement, les symptômes suivants peuvent se manifester :

- Sensibilité thermique (froid)
- Irritation des gencives (dans le cas où un excès de gel est utilisé)
- Inconfort de l'articulation ou impression que les dents ne ferment plus bien ensemble.

Ces symptômes sont habituellement légers et rentreront dans l'ordre dès la fin du traitement. Veuillez en aviser votre dentiste s'ils apparaissent. Il pourra, par exemple, modifier la méthode d'utilisation qui permettra de diminuer la sensibilité.

Informations utiles

- La durée du traitement est de 2 à 4 semaines.
- Un dentifrice pour dents sensibles peut être utilisé durant le traitement si une sensibilité au froid apparaît. (Ex. : Sensodyne, Crest dents sensibles, Pro Relief, etc.).
- Il est déconseillé de manger ou de boire pendant le port des gouttières, car le gel de blanchiment risque d'être expulsé ou encore dilué. L'efficacité serait alors moindre.
- Après 2 heures, le produit perd de son efficacité.

- Pendant la durée du traitement, il est déconseillé de manger des aliments ou boire des liquides foncés (vin, café, thé, etc) car ceux-ci pourraient tacher les dents.
- Les obturations (plombages) ne changent pas de couleur avec un blanchiment. Il est possible que certaines doivent être changées après le traitement (celles dans la zone esthétique). Une période de 2 semaines suivant le traitement doit être respectée avant de refaire les obturations trop foncées. Ce délai permet d'obtenir une stabilité de la couleur de vos dents et de bien évaluer les obturations qui doivent être remplacées. Ces précautions sont prises dans le but de vous offrir un sourire des plus esthétique.
- Le peroxyde utilisé dans le traitement augmente l'effet cancérigène du tabac. Il est donc recommandé de s'abstenir de fumer durant la période de blanchiment.
- Ce traitement n'est pas recommandé durant la grossesse. Bien qu'aucune étude n'ait été faite sur le sujet, nous préférons nous abstenir de le prodiguer à la femme enceinte ou si la grossesse est anticipée. De plus, ce traitement n'est pas recommandé aux personnes de moins de 16 ans, car avant cet âge, l'éruption passive (migration de la gencive) n'est pas complétée. Évidemment, chaque cas doit être évalué individuellement. Votre dentiste pourrait décider de procéder au traitement si la maturité dentaire du patient le permet.
- Les résultats du traitement de blanchiment peuvent varier d'une personne à une autre selon le type de taches et de la coloration des dents. La couleur d'origine de votre dentition influence évidemment aussi sur la blancheur possible à obtenir. Les taches jaunes, orangées ou d'un brun pâle répondent généralement bien au traitement. Les taches d'un gris foncé ou les taches bleutées sont plus difficiles à pâler. Suivre à la lettre les recommandations de votre professionnel dentaire vous assure les meilleurs résultats possibles. Le blanchiment procure des résultats durables, mais ce sont les soins d'hygiène buccale tels que de passer la soie dentaire et de bien brosser vos dents qui maintiendront la couleur obtenue lors du traitement. Les habitudes alimentaires (café, vin rouge, thé, curcuma...) et le tabac doivent aussi être pris en considération dans la réapparition de la coloration et des taches sur les dents.
- Si un inconfort ou un problème survenait, le traitement doit être arrêté. Communiquez avec votre dentiste pour de nouvelles instructions.