

# معلومات هامة للمرضى حول تبييض الاسنان

## عياده الديكتور تيلو بارتلس

1. نظف الاسنان بمعجون الاسنان ، ثم اغسلها جيدا . يجب الانتباه بعدم وجود فضلات . كما يجب الانتباه بعدم وجود بقايا طعام وازاله كل الرواسب .
  2. اضع طبقات خفيفه من الجيل على المشبك ، كما اوضحت لك ذلك . يجب عدم الافراط فى استخدام الجيل .
  3. ضع المشبك على قوس الاسنان ، ثم قم بازاله ما يظهر من جيل وذلك باستخدام منديل من الورق .
  4. عدم الاكل والشرب طالما كان المشبك فى الفم .
  5. لا تقوم بضغط اسنانك على بعضها البعض . يجب مراعاة وقت وضع المشبك ، كما هو موضح ادناه .
  6. يجب تنظيف الاسنان بعد خلع المشبك ، بالفرشاه والماء الدافئ .
  7. يجب عدم الاكل والشرب فى خلال الساعه الاولى .
  8. يجب الابتعاد عن المشروبات التى تحتوى على مواد ملونه ، مثل الكولا والشاى والقهوه ، كما يجب الامتناع عن التدخين .
  9. الابتعاد عن تناول الحمضيات وعصائر الفاكهة .
  10. لا تستخدم خلال الاستعمال جيل الفلور .
  11. يجب وضع الجيل فى الثلجه واللوحه فى الصندوق .
  12. يجب تقليل فتره الاستخدام ، فى حاله احتمال ظهور حساسيه :  
اي مره فى كل ساعه فى الاسبوع الاول ، او ترك الاستخدام ليوم .  
اوقات الاستخدام :  
فى الاسبوع الاول :  
صباحا ومساء كل ساعه ( فى حاله حدوث مشاكل الرجاء اجراء مواعيد للفحص والمراجعه فى العياده )  
فى الاسبوع الثانى :  
مساء فقط ( فى حاله حدوث مشاكل الرجاء اجراء مواعيد للمراجعه فى العياده )  
فى الاسبوع الثالث :  
مساء فقط ( مراجعه نهائيه فى العياده )  
فى الاسبوع الرابع الى السادس :
- وضع جيل الفلور على الاسنان لمدته دقيقتين ، كل يومين مساء وذلك بعد نظافه الاسنان