

牙齿漂白/美白：常问的问题

PUSAT PERGIGIAN U 优牙科中心 U DENTAL CENTER

Taman U 大学城: 26, Jalan Kebudayaan 1, Taman Universiti, 81300 SKUDAI. Tel:607-521 1111, SMS: 6012-8800100 HP:6 014-888 9000

U Dental Specialist Clinic 优牙科专科诊所 Klinik Pakar Pergigian U

Bukit Indah 武吉英达: 65, Jalan Indah 16/12, Taman Bukit Indah, 81200 Johor Bahru, Johor.

Tel: 607-234 2000, SMS: 6014-508 0000 HP: 6019-500 6 900

Tel: 07-232 4444, SMS: 6014-9 900 900 HP: 6014-888 2000

www.gigi.my info@gigi.my

U Dental Patient Information: Help You To Make Informed Decision

为什么牙齿会染色？

牙齿表面由于刷牙不洁、吸烟、喝茶等后天因素造成的软垢色素和牙结石一般可通过定期超声波洁牙来清除。但有些牙面着色，如四环素牙、氟斑牙等单靠洁牙还不能达到美白的效果，可选择牙齿漂白。根管治疗(抽牙根)后牙齿也可能变色。

什么是牙齿漂白？

牙齿漂白就是使用化学脱色剂对变色牙进行脱色/淡化以达到使变色/色斑牙齿恢复洁白的治疗方法。

漂白前应做哪些准备工作？

首先要检查是否患有口腔溃疡、牙周病、龋齿等，并作相应的治疗。然后清洗牙齿、去除牙结石，软垢，以免影响漂白效果。最好能纪录牙齿的颜色，以便掌握漂白的进展情况。

牙齿漂白剂/漂白液或漂白凝胶内的成分及用处？

含有氧化功效的微酸化学物质，例如：过氧化碳酰胺(Carbamide Peroxide, 10%-22%)、过氧化氢(Hydrogen Peroxide)、低氧化氯(Hypochlorite)等。

漂白剂使釉质表面脱矿，透光性减弱，从而遮住牙本质的颜色。氧化物小分子穿透釉质，与牙本质中的色素基团结合、反应，改变牙釉质和牙本质的颜色而达到漂白的目的。

漂白的程序？

医生指导下的家用漂白 dentist-prescribed home-applied bleaching:

先拿牙模，根据牙齿的形状特制做一付塑料牙托/托盘，病人从牙医取得漂白药物，可由病人自己在家自行漂白：每天把漂白剂置于牙托中，然后戴在牙齿上，每天1-3小时，疗程连续2~4周。应保持口腔的清洁，漂白前和后要如常刷牙，要用没有蜡的牙线(Non-waxed Dental Floss)清除牙齿之间食物/牙菌斑。若病人不满意漂白效果，可重复1-2次的疗程。



这种方法的优点是使用方便，风险小、见效快、安全，对牙龈和牙髓没有损害，只要在牙医指导下进行，整个过程安全有效。

根管治疗(抽牙根)后变色的牙齿，漂白剂也可以直接放入牙内。

效果如何？

每个人牙齿漂白的效果不一样。每个人用后都有不同程度的色度改变，漂白的效果因人而异，不是所有色斑或色素都可以淡化；要视个人的牙体结构、对脱色剂的敏感性及使用时间的长短而定。一般而言，对烟、茶、咖啡等各种着色及中轻度以下四环素牙、氟斑牙有较好效果，但对重度四环素牙、氟斑牙效果不持久。

漂白技术受众多因素的影响，如牙齿着色的程度、年龄、用药量、用药时间、牙着色的部位及托盘的工艺等。研究发现，釉质无缺损、牙面有光泽、均匀一致的浅黄、灰黄色牙，20岁以下的病人及轻、中度四环素牙等效果较好。

牙色复原多有发生，牙色复原主要与着色轻重有关，多发生在治疗半年至1年内。再次漂白只需较短的时间即可显效。深灰、蓝和棕色的四环素牙以及切端和颈部反差大者效果较差。托盘密封差，釉质薄，用量不足及使用时间掌握不当(间断戴用)等也会影响漂白效果。

安全性：牙齿漂白有什么不良反应？

- 不适当使用牙齿漂白剂会伤害牙龈及牙周组织
- 意外吞服会影响身体健康
- 使用牙齿漂白剂前应征询牙科医生的意见及遵照指示。

漂白剂可使牙龈指数和菌斑指数降低，对牙周组织有益。

但有些人会在治疗过程中出现牙齿对冷热敏感，觉得牙齿酸痛，出现牙齿敏感症状，少数会感到牙龈及软组织刺激。也有些人出现牙龈、咽喉不适。这种副作用/不适是短暂而可逆的，一般都在停止使用或完成治疗后的2-3天内消失。

轻度敏感者，可不中断使用，在以后几天里症状会逐渐缓解。如中度以上持续疼痛，可适当减少每天用药时间，或停用2-3天，症状消失后继续使用，也可配合使用氟化物脱敏。

牙龈及软组织不适者，可修整牙托边缘使其不滑，仅盖住牙齿即可。

进行漂白时不可避免地会吞入一些漂白剂，但药物浓度和剂量都有限，至今还没有发现人类对上述药物出现毒性反应的报道。在牙医指导下进行漂白是方便、安全、有效的。

但病人如果使用自己买/涂/用药或没有用特制的托盘，剂量不易掌握，可能使漂白剂过度流出，误吞过度漂白剂可引起胃溃疡等急性反应。病人缺乏技术指导和自控所致，可能使牙釉质溶解，应该慎重。

漂白后应注意什么？

漂白过程中，一定要按时、定量连续使用，中途尽量不中断。定期复诊，漂白结束后，最好用氟保护剂对牙齿表面保护处理。

牙齿美白治疗后，一个星期内需避免有色染料的食物，例如：茶、咖啡、可乐等食物。

加强口腔牙齿保健，吃完甜食及三餐后需刷牙、漱口。

漂白后的补牙治疗，应考虑间隔一段时间后进行。

漂白后可以维持多久？

病人必须了解牙齿漂白数年后可能有轻度颜色反跳/复发现象。

即使有反弹，牙齿也不会回复到以前的颜色。当然，为了达到最好的美白效果，也可每年再次漂白(Touch-up)。

应保护牙齿，尽量不吸烟，不喝浓茶、咖啡等色素较重的食品、饮料，防止额外染色。

费用如何？

费用视是否上下牙一起做而定，费用可分(两)期付款。

牙模：RM40-50/pc

牙托：RM75/pc

牙齿漂白剂：RM180-280/half set

(参考价格:RM240-500, 请询问您的牙医。如有用氟保护剂：附加费用 RM50-80/边)