

Bielszy odcień bieli

Odejmie ci lat, doda twarzy blasku... Czy to jakiś zabieg odmładzający? Nie – to wybielanie zębów!

Białe zęby podziwiano od dawien dawna. Były pożądanym (i niezwykle rzadkim) atutem urody – przede wszystkim kobiecej – chętnie opiewanym przez poetów. W płomiennych wierszach miłosnych porównywali je najczęściej do pereł. Bardzo trafnie: także dlatego, że białe zęby były dla większości śmiertelniczek rzeczą równie cenną i... niedostępną, jak sznur szlachetnych, mlecznobiałych pereł o pięknym połysku.

Rozjaśnianie przez piłowanie

I setki lat temu, i nawet na początku ubiegłego wieku, stosunkowo niewiele wiedziano o rozwoju, budowie, a zwłaszcza o chorobach zębów, a co za tym idzie – o skutecznym dbaniu o nie. Dlatego opisy zabiegów mających na celu zapewnienie im wymarzonej bieli budzą lekkie obrzydzenie albo wręcz przerażenie. Zalecano na przykład mycie i płukanie zębów moczem (tak traktowały swoje zęby np. elegantki w starożytnym Rzymie), szorowano je popiołem i solą, szlifowano metalowymi pilnikami, a następnie traktowano kwasem, nakładano na nie amoniak i związki chloru. Dopiero w końcu XX wieku opracowa-

no naprawdę skuteczne, bezpieczne metody wybielania zębów. Rozwijająca się intensywnie stomatologia estetyczna ma do zaproponowania każdemu pacjentowi kilka sposobów rozjaśnienia uśmiechu. I na pewno ostatnie słowo w tej dziedzinie nie zostało jeszcze powiedziane.

Farbujące nawyki

Dlaczego nie wszyscy mogą się pochwalić hollywoodzkim uśmiechem? Każdy przychodzi na świat z genetycznie zaprogramowanym kolorem zębów. Ich odcieni: od białych poprzez mleczne, szarawe, niebieskawe aż do żółtawo-kremowych, jest mnóstwo. W miarę upływu lat zęby w sposób naturalny, zwłaszcza tuż przy dziąsłach, ciemnieją. Ale pewne zachowania mogą ten proces nasilić. Niekorzystnie zmienia ich kolor picie niektórych napojów, zwłaszcza mocnej kawy i herbaty. Pozostawiają one ciemny, trudny do usunięcia osad we wnętrzu filiżanki i – taki sam – na szkliwie zębów. Czerwone wino, tak ważne dla zdrowia serca, zębom nie służy, podobnie jak soki warzywne i owocowe. Nie bez winy są też przyprawy o intensywnych barwach, np. mieszanka curry, zawierająca żółtą kurkumę.

WYBIELAJĄCE ZĘBÓW



Vademecum, Express White, ok. 7 zł



Colgate, Advanced Whitening, ok. 7, 50 zł



Colodent, Codzienne Wybielanie, ok. 3 zł

Jeśli twoje zęby mają kremowy kolor, oznacza to, że są lepiej zmineralizowane, a więc mocniejsze i zdrowsze od tych śnieżnobiałych



Najwięcej złego wyrządza jednak palenie. Osad nikotynowy powstaje szybko, ma intensywny kolor, jest trudny do usunięcia.

Ciemnienie zębów bywa wynikiem leczenia kanałowego i zastosowanych wówczas środków. A trwałe żółtobrazowawe przebarwienia wszystkich zębów powstają na skutek leczenia dzieci antybiotykami, przede wszystkim z grupy tetracyklin. Nadmiar fluoru powoduje z kolei pojawienie się na szkliwie brązowawych lub białawych plamek.

Mycie? Czyszczenie!

Większość dentystów powtarza, że dla zdrowia i pięknego wyglądu zębów najważniejsze jest dbanie o nie na co dzień. Dzięki skrupulatnej higienie wszelkie

nowo powstające osady są od razu usuwane. Ponieważ powiększa się arsenał środków używanych do utrzymania zębów w nienagannym stanie mówi się już nawet nie o myciu, ale o czyszczeniu zębów. Warto znać jego zasady.

Najważniejsza jest szczoteczka: średnio twarda, z włosiem o zróżnicowanej długości i ustawionym pod różnym kątem (to pozwala mu dotrzeć nie tylko do przednich, ale także do bocznych powierzchni zębów). Nie ma dużego znaczenia, czy szczoteczka jest zwykła, czy elektryczna. Każdą można umyć zęby bardzo źle albo bardzo dobrze. I każdą trzeba wymienić najpóźniej po trzech miesiącach, ponieważ zużyta nie spełnia

