Tandblekning: det här bör du *boka billig tandlakartid* tänka på

Vita tänder är något många önskar sig. Tandblekning kan ge ett ljusare leende, men det finns saker att tänka på innan du börjar.

Varför missfärgas tänderna?

Kaffe, te, rödvin, rökning och snus kan ge missfärgningar på ytan. Tänderna kan också bli mörkare med åldern, efter en skada eller efter en rotfyllning. Vissa missfärgningar sitter inne i tanden och påverkas inte av ytlig rengöring.



Polering först

Ytliga missfärgningar går ofta att få bort med en professionell rengöring och polering hos tandhygienisten. Det kan vara ett bra första steg innan du funderar på blekning.

Låt en tandläkare bedöma

Innan blekning bör tänderna och tandköttet undersökas. Hål, läckande lagningar och tandköttsproblem bör åtgärdas först. Tandläkaren kan också bedöma om blekning är lämpligt för dig och vilket resultat du kan förvänta dig.

Kronor och lagningar bleks inte

Blekmedel påverkar bara egna tänder. Kronor, fasader och tandfärgade lagningar behåller sin färg. Om du har sådana på synliga tänder kan resultatet bli ojämnt.

Biverkningar

Det är vanligt att tänderna ilar under och efter blekningen. Besvären brukar gå över, men de kan vara obehagliga. Följ alltid instruktionerna noga och avbryt om du får ont.

Var försiktig med produkter på nätet

Produkter som säljs fritt kan innehålla ämnen som skadar emaljen eller tandköttet, eller ha så låg halt att de inte ger någon effekt. Fråga tandvården om råd innan du köper något.

Behåll resultatet

Efter en tandblekning kommer tänderna gradvis att mörkna lite igen, särskilt om du dricker mycket kaffe, te eller rödvin eller om du röker eller snusar. Hur snabbt det går varierar mellan olika personer. För att behålla resultatet längre kan du borsta noggrant två gånger om dagen, skölja munnen med vatten efter färgande drycker och gå på regelbunden rengöring hos tandhygienisten. Om du vill bleka igen efter en tid, rådgör med tandläkaren först. Att bleka för ofta kan göra tänderna känsliga, så det är bättre att låta en fackman bedöma när det är lämpligt.

Ett hållbart resultat bygger mer på goda vanor än på täta blekningar.

Sammanfattning

Tandblekning kan ge ett ljusare leende, men det är klokt att låta en tandläkare undersöka tänderna först. Börja gärna med en polering och var försiktig med produkter du inte vet något om.

bokatandlakartid.se är en svensk guide för vuxna och familjer som ska till tandläkaren. Läs guider om allt från första besöket till akut tandvärk.