

سریع ترین روش سفید کردن دندان

داشتن دندان‌های سفید و درخشان آرزوی بزرگ بسیاری از افراد است. اما متأسفانه با گذشت زمان و تاثیر عواملی مانند مصرف سیگار و نوشیدنی‌های رنگی، دندان‌ها زرد و کدر می‌شوند. سفید کردن دندان‌ها یکی از پرفرودارترین درمان‌های زیبایی در دنیاست. که می‌تواند به شما اعتماد به نفس و زیبایی بیشتری ببخشد. در این مقاله به بررسی سریع‌ترین روش سفید کردن دندان در منزل و مراکز دندانپزشکی می‌پردازیم. تا بتوانید زودتر از همیشه به دندان‌های سفید و درخشان دست یابید. پس اگر می‌خواهید با سریع‌ترین روش سفید کردن دندان آشنا شوید حتما همراه ما باشید.

با تهیه [بیمه دندانپزشکی](#) می‌توانید [تعرفه دندانپزشکی](#) درمانی و زیبایی خود را تا ۵۰٪ کاهش دهید...

علت زردی دندان

زرد شدن دندان برای هرکسی می‌تواند عوامل متعددی داشته باشد. ولی به طور کلی دو تا عامل اصلی دارد که به شرح زیر است:

- لکه‌های حاصل از غذا و نوشیدنی: مصرف بیش از حد غذاها و نوشیدنی‌هایی مانند قهوه، چای، الکل و مواد دارای تانباکو می‌تواند باعث ایجاد لکه‌های رنگی روی دندان شود. دخانیات نیز از جمله عوامل مؤثر بر زردی دندان هستند.
- افزایش سن و کاهش ضخامت مینا دندان: با گذر زمان و افزایش سن، میزان ضخامت مینا دندان کاهش پیدا می‌کند. عواملی مانند رژیم غذایی نامتعادل و کمبودهای غذایی نیز می‌توانند بر ضخامت مینا تأثیر بگذارند. همین امر باعث آشکار شدن رنگ زیرین دندان می‌شود.

روش استفاده [بودر سفید کننده دندان برای کامپوزیت](#)

اهمیت سفیدی دندان با سریع ترین روش سفید کردن دندان

داشتن دندان‌های سفید و درخشان نشانه‌ای از بهداشت و سلامت دهان و دندان است. دندان‌های سفید باعث می‌شود اعتماد به نفس شما در ارتباطات اجتماعی و شغلی بیشتر شود. همچنین، دندان‌های سفید نشان دهنده توجه به بهداشت دهان و دندان است. و خطر پوسیدگی دندان و بیماری‌های لثه را کاهش می‌دهد. بنابراین، سفید کردن دندان‌ها علاوه بر زیبایی، برای سلامت دهان و دندان نیز ضروری است.

[سفید شدن دندان بدون کامپوزیت چگونه انجام میشود؟](#)

چگونه دندان‌هایمان را سفید کنیم؟

امروزه با پیشرفت علم دندانپزشکی روش‌های نوینی برای سفید کردن دندان‌ها وجود دارد. و از گذشته استفاده از یکسری مواد طبیعی برای سفید کردن دندان‌ها مرسوم بوده است. شما نیز می‌توانید برای سفید کردن دندان‌های خود از این روش‌ها کمک بگیرید. در ادامه مقاله به معرفی سریع‌ترین روش سفید کردن دندان در دندانپزشکی و منزل خواهیم پرداخت.

آیا [مواد سفید کننده دندان در داروخانه](#) وجود دارد؟

سریع ترین روش سفید کردن دندان

بدون شک مراجعه به یک کلینیک معتبر و تحت درمان قرار گرفتن توسط دندانپزشک متخصص بهترین و سریع‌ترین روش سفید کردن دندان است که گاهی در یک جلسه چند ساعته انجام می‌شود. از سریع‌ترین و کاربردی‌ترین روش‌های سفید کردن دندان در دندانپزشکی‌ها می‌توان به بلیچینگ، جرم‌گیری، کامپوزیت دندان و لمینت دندان اشاره داشت.

تفاوت بلیچینگ و جرم‌گیری دندان در چیست؟

سفید شدن دندان با زنجبیل چگونه است؟

• سفیدی دندان با بلیچینگ

بلیچینگ توسط دکتر بلیچینگ انجام می‌شود و سرعت اجرای آن برای سفید کردن دندان‌های زرد شده بسیار مناسب است. یکی از مزایای این روش، بی‌خطر بودن آن است. بلیچینگ به سه روش خانگی، در مطب و ترکیبی انجام می‌شود. روش بلیچینگ در مطب به سرعت بیشتری انجام می‌شود اما دوام کمتری دارد. از طرفی، روش بلیچینگ خانگی نیاز به زمان بیشتری دارد اما نتیجه‌ای ماندگارتر به ارمغان می‌آورد. روش ترکیبی، که به ترتیب در مطب و سپس در خانه انجام می‌شود، بهترین گزینه است و می‌تواند نتیجه بهتری را به ارمغان بیاورد.

آموزش سفید کردن دندان با نشاسته در منزل

• سفیدی دندان با جرم‌گیری و پالایش آن

جرم‌گیری و پالایش دندان‌ها نیز از جمله روش‌های مؤثر برای سفید کردن دندان‌ها است. جرم دندان‌ها باعث زرد شدن آنها می‌شود و با عدم رعایت بهداشت دهان، تحلیل لثه، لقی دندان‌ها و خراب‌شدن دندان‌ها نیز رخ می‌دهد. با استفاده از روش جرم‌گیری و پالایش دندان‌ها توسط دکتر ترمیم دندان، می‌توان این جرم‌ها را از روی دندان‌ها پاک کرد. با این حال، باید توجه داشت که در برخی موارد، علت زردی دندان‌ها ممکن است عامل دیگری به جز جرم باشد و این روش تأثیری در تغییر رنگ دندان‌ها نداشته باشد.

آیا جرم‌گیری دندان با فشار آب امکان پذیر است؟

• سفیدی دندان با کامپوزیت

روش دیگری که برای سفید کردن دندان‌ها استفاده می‌شود، استفاده از کامپوزیت ونیر است. این روش علاوه بر سفید کردن رنگ دندان‌ها، بهبود و شکل دهی به دندان‌ها را نیز ممکن می‌سازد.

آموزش سفید کردن دندان‌ها با نمک در منزل...

استفاده از زردچوبه و گلاب برای سفیدی دندان

• سفیدی دندان با لامینت یکی از سریع‌ترین روش سفید کردن دندان

همچنین لامینت دندان نیز یک روش مؤثر برای سفید کردن دندان‌ها است. این روش نه تنها دندان‌ها را سفید و خوش‌رنگ می‌کند، بلکه باعث می‌شود دندان‌ها مرتب و یکدست به نظر برسند. لامینت دندان با استفاده از لایه‌های نازکی که به سطح دندان چسبانده می‌شود، اثری طبیعی و زیبا را به دندان‌ها می‌بخشد.

انواع روش‌های سفید کردن دندان و جرم‌گیری دندان

سریع‌ترین روش سفید کردن دندان در خانه

روش‌های سفید کردن دندان به دلیل سهولت و ارزانی محبوبیت زیادی دارند. اما همانطور که میدانید تأثیر آن‌ها با یکبار انجام دادن قابل مشاهده نیست و له استمرار بیشتری نیاز دارد اما با این حال قصد داریم در این بخش شما را با سریع‌ترین روش‌های سفید کردن دندان در خانه آشنا کنیم.

• کیت سفید کننده دندان

سفید کردن دندان با استفاده از کیت‌های سفید کننده دندان یک روش معتبر و موثر است. این کیت‌ها شامل مواد شیمیایی خاصی هستند که به طور موثر لکه‌ها و رنگ‌های غیرطبیعی روی دندان‌ها را از بین می‌برند و آن‌ها را سفیدتر می‌کنند. قبل استفاده از کیت اول مسواک بزنید و صبر کنید تا دندان‌هایتان خشک شود سپس مطابق دستورالعمل روی بسته بندی کیت از آن استفاده کنید.

• زغال فعال

زغال فعال ترکیباتی دارد که می‌تواند باکتری‌های موجود در دهان را از بین ببرد و در عین حال به سفید کردن دندان‌ها کمک کند. برای استفاده از آن، کافی است یک قرص زغال را به پودر کرده و با آن مسواک بزنید. برای تأثیر گذاری بیشتر چند بار در هفته از زغال فعال استفاده کنید.

• خمیر زردچوبه

زردچوبه نیز یکی دیگر از ترکیبات طبیعی است که می‌تواند به سفیدی دندان‌ها کمک کند. خاصیت ضدباکتریایی و ضدالتهابی زردچوبه باعث می‌شود تا پلاک و زردی دندان‌ها کاهش پیدا کند. برای استفاده از این روش کافیت با استفاده از آب و زرد چوبه خمیری نرم تهیه کرده و دندان را با آن مالش دهید.

• روغن نارگیل و جوش شیرین

روغن نارگیل حاوی خواص ضدباکتریایی و ضدالتهابی است که می‌تواند در سفید کردن دندان‌ها و مقابله با بیماری‌های لثه مؤثر باشد. برای استفاده از این روش، کافی است یک قاشق غذاخوری از روغن نارگیل طبیعی را به صورت قطره در دهان قرار دهید و آن را با زبان به سطح دندان‌ها بمالید. سپس با حرکت دهان برای مدت ۱۰ دقیقه روغن را در سراسر دهان بچرخانید. پس از آن، روغن را بدون قورت دادن بیرون بیاورید و دندان‌ها را با مسواک و جوش شیرین ماساژ دهید تا رنگ سفید و درخشان بگیرند.

کاربرد [ژل سفید کننده دندان فوری](#)

سخن پایانی

همانطور که می‌دانید سفیدی دندان تأثیر بالایی بر گیرایی لبخند و زیبایی چهره ما دارد، شما عزیزان می‌توانید از سریع‌ترین روش سفید کردن دندان در دندانپزشکی و منزل برای درخشان کردن دندان‌های خود کمک بگیرید. اما توجه داشته باشید که روش‌های خانگی علاوه بر سهولت و کم هزینه بودن نیاز به تکرار بیشتری نیز دارند.

[سفید شدن دندان لمینت شده](#) با چه موادی انجام میشود؟

منابع: الهام گرفته از مجموعه مقالات بین المللی ISI درباره [جرمگیری دندان](#) و [سفید کردن دندان](#)

