

سفید شدن دندان های زرد در یک روز

قبل از آنکه به روش های سفید کردن دندان ها بپردازیم باید با دلایل زرد شدن آنها آشنا شویم . دلایل متفاوتی برای زرد شدن دندانها وجود دارد. که می توان آنها را به دو دلیل تقسیم کنیم : که هر دو علت با افزایش سن بیشتر شده و سفیدی دندان را از بین می برند.

از بین رفتن سفیدی دندان ها با وجود لکه ها

انواع غذاها و نوشیدنی هایی که روزانه آنها را می خوریم و دقتی در مصرف آنها نداریم می تواند باعث شود تا لکه هایی روی دندان ها به وجود آورند و سفیدی و درخشندگی آنها را از بین ببرند. نوشیدنی هایی مانند قهوه، نوشابه های رنگی، چای پر رنگ می توانند دندان ها را لکه دار کنند. بعضی از این غذاها و نوشیدنی ها نیز باعث شده تا مینای دندان را بپوشاند و باعث افزایش زردی آن شود.

آیا [جرمگیری دندان](#) عوارض دارد؟ [معایب جرمگیری دندان](#) چیست؟

***از دیگر مواردی که میتواند باعث ایجاد لکه روی دندان ها بشود سیگار کشیدن، مصرف مواد مخدر و یا حتی مصرف بعضی از آنتی بیوتیک ها ***باشد.

نازک شدن مینای دندان

لایه بیرونی دندان ها لایه نازکی به نام مینای دندان تشکیل شده است. مینا لایه ای است سفید رنگ که از ساختار داخلی دندان محافظت می کند. سفیدی دندان به دلیل وجود مینای دندان می باشد.

در زیر این لایه نازک سفید رنگ، لایه ای به نام عاج قرار دارد که به رنگ کرم مایل به زرد می باشد. زمانی که لایه مینای دندان نازک شود و یا از بین برود، دندان ها زرد به نظر می رسد. بنابراین در این زمان نیاز به سفید کردن دندان های خود دارید. ما در این مطلب راه های سفید کردن دندان در یک روز را برایتان بازگو می کنیم.

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

[ماندگاری بلجینگ دندان](#) چقدر است؟

زرد شدن دندان در اثر عوامل محیطی

برخی از عوامل زرد شدن دندان ها، به محیط بستگی دارند. مواردی مانند ضربه خوردن به دندان که باعث از بین رفتن مینای دندان می شود و یا مصرف بعضی از داروها در طولانی مدت باعث زرد شدن دندان ها و یا لکه دار شدن آنها می شود.

[سفید شدن دندان ها با لامینت](#) چگونه انجام میشود؟

[جرمگیری دندان با لیزر](#) چگونه انجام میشود؟

سفید کردن دندان ها

برای اینکه دندان را سفید کنیم روش های متفاوتی وجود دارد. ما در ادامه این مطلب به بررسی روشه ای آسان و طبیعی که برای سفید شدن دندان ها می باشد می پردازیم. شما می توانید به روش خانگی اقدامات لازم برای سفید شدن دندانهای زرد را انجام دهید.

سفید کردن دندان | سفید شدن دندان

آموزش روش های سفید شدن دندان های زرد با نمک

۱- استفاده از روغن های گیاهی

از روش های سفید کردن دندان های زرد استفاده از روغن های گیاهی است. روغن کشیدن به دندان ها یکی از روش هایی است که در گذشته برای شستشوی دهان و دندان مورد استفاده بوده است و با کمک روغن های طبیعی دندان ها را سفید می کرده اند.

در این روش برای از بین بردن جرم ها و باکتری های جمع شده در روی دندان و نیز باقی مانده غذا در لابلای دندان از روغن های قوی گیاهی استفاده می شود. روغن کشیدن دندان به هیچ عنوان جایگزینی برای مسواک و نخ دندان نمی باشد. پاره ای از تحقیقات نشان داده است که شستن دهان با روغن های گیاهی مخصوص به سفید شدن دندان ها کمک می کند. ولی هیچ شواهدی مبتنی بر نا کار آمد بودن این روش وجود ندارد. پس استفاده از روغن ها، جهت سفید کردن دندانها، نه تنها بدون ضرر است بلکه مفید و کاربردی نیز می باشد.

آشنایی با مزایا و معایب استفاده از کیت سفید کننده دندان

سریع ترین روش سفید کردن دندان را بشناسید!

برای استفاده از این روش، ده دقیقه بعد از مسواک زدن دهان خود را با روغن بشویید و سپس آن را از دهان خود خارج کنید. روغن هایی که برای سفید شدن دندان مفید هستند عبارتند از:

*روغن نارگیل
*روغن افتابگردان
*روغن کنجد

البته با توجه به خوراکی بودن این روغن ها پایین رفتن و غورت آنها هیچگونه ضرری برای فرد ندارد.

قیمت یک عدد پروتز دندان با داشتن کارت تخفیف دندانپزشکی مهر از چقدر است؟

آموزش سفید کردن دندان با نشاسته در منزل

۲- استفاده از سرکه سیب و جوش شیرین برای سفید کردن دندان

برای سفید کردن دندان های زرد در خانه می توانید مقداری از سرکه سیب را در دهان به مدت ۲ دقیقه بپرخانید و بعداز آن، مسواک را به سرکه سیب آغشته کرده و دندانهایتان را با آن بشویید.

برای از بین بردن سرکه سیب از دهانتان، کافی است یکبار آب را در دهان بچرخانید و خالی کنید.

سریع ترین روش سفید شدن دندان در خانه

بررسی [علت تغییر رنگ دندان ها...](#)

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

مزایای آمالگام های دندانی

از مزیت های مهم و برجسته آمالگام محکم و با دوام بودن آن است. بنابراین احتمال شکسته شدن آن به نسبت به دیگر انواع مواد پر کننده دندان کمتر است.

افرادی که در معرض خطر پوسیدگی دندان قرار دارند، برای قسمت های بزرگ دندانی، و نیز برای بخش هایی از دندان مفید هستند که رطوبت باعث شده مواد دیگر مانند رزین ها به سختی با دندان پیوند بخورند. از مزیت های دیگر پر کردن دندان با آمالگام ارزان بودن آن است که نسبت به دیگر مواد مقرون به صرفه تر می باشد.

مطالعه مطالب مرتبط:

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

آیا با مهراز کارت میتوان [جرمگیری عمیق دندان](#) انجام داد؟

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

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

آشنایی با [معایب بلینچینگ دندان](#) و آموزش روش [سفیدی دندان با سیر](#) در منزل...

روش استفاده از [جسب سفید کننده دندان](#) چگونه است؟

آموزش [سفید کردن دندان ها با نمک](#) در منزل...

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

مهرراز کارت