

## Tẩy Trắng Răng

Nếu quý vị ước muốn mình có một nụ cười tươi hơn, trắng hơn, xin hãy tham vấn với một nha sĩ hội viên CDA của quý vị để xét xem tẩy trắng răng có phải là điều thích hợp cho quý vị không.

### Tại sao răng tôi đổi màu và việc tẩy trắng răng có giúp gì cho tôi không?

Những vết nhơ dễ tẩy nhất cũng là loại thông thường xảy ra nhất. Chúng là kết quả của những yếu tố bên ngoài, thí dụ uống cà phê hoặc trà, và hút thuốc lá. Mặt khác, răng cũng có khuynh hướng ngả vàng với tuổi càng cao vì những thay đổi xảy ra đối với lớp vỏ dưới men răng mà có thể thấy xuyên qua men răng. Việc tẩy trắng răng là kiến hiệu nhất và thường thường rất thành công đối với những loại vết nhơ này.

Những loại vết nhơ khác phần chính là kết quả của những yếu tố nội tại, thí dụ vết nhơ do sử dụng quá nhiều thuốc tetracycline hoặc dùng quá nhiều chất fluoride trong những năm mới mọc răng. Sự đổi màu ra xám hoặc đen, kết quả của những yếu tố này, thì khó khăn hơn nhiều đối với việc tẩy trắng.

### Việc tẩy trắng răng thực hiện như thế nào?

Có những lựa chọn tẩy trắng ở văn phòng nha sĩ cũng như tại nhà. Phần lớn những sản phẩm tẩy trắng sử dụng cùng một chất tẩy trắng, carbamide peroxide, tuy rằng nồng độ có thay đổi, tùy theo tiến trình và sản phẩm sử dụng.

Những phương thức tại văn phòng nha sĩ sử dụng chất tẩy trắng mạnh hơn và một nguồn ánh sáng để gia tăng tốc độ tiến trình tẩy trắng. Những phương pháp này có kết quả mau chóng nhất, nhưng cũng là những lựa chọn tốn kém nhất. Những sản phẩm chứa nhiều hơn 15% chất peroxide chỉ nên được sử dụng tại văn phòng nha sĩ, ở đó tiến trình có thể được theo dõi kỹ lưỡng.

Lựa chọn tẩy trắng tại nhà cần thời gian từ nhiều ngày tới vài tuần lễ mới xong, cho phép sự thay đổi màu sắc chậm và từ từ hơn. Trong phương pháp này, nha sĩ hội viên CDA của quý vị sẽ lấy ni tắc miệng của quý vị và tạo ra một khay đặc chế riêng cho quý vị để giữ tại chỗ dung dịch tẩy trắng. Quý vị sẽ được chỉ dẫn về phương pháp đúng đắn cho dung dịch vào khay và thời gian cần phải đeo khay cho mỗi một lần tẩy trắng. Thông thường, mỗi một lần như

vậy kéo dài trong vài giờ.

### Còn những sản phẩm và kem tẩy trắng răng bán ngoài thị trường thì sao?

Tuy có nhiều sản phẩm bán tự do ngoài thị trường (OTC) tự nhận làm trắng răng của quý vị, tốt hơn hết là thực hiện tiến trình tẩy trắng răng theo sự hướng dẫn của một nha sĩ. Trong một số trường hợp, việc tẩy trắng răng có thể không nên làm, và nha sĩ hội viên CDA của quý vị có khả năng cố vấn tốt nhất là răng và nướu của quý vị có khỏe tốt đủ để thực hiện việc tẩy trắng răng một cách an toàn và kiến hiệu không. Ngoài ra, những chất tẩy trắng răng OTC là những sản phẩm về thẩm mỹ nên không bị chi phối bởi luật lệ và không chịu sự giám sát của chính quyền như các thiết bị và dược liệu y khoa buộc bị chi phối.

Nếu quý vị quyết định sử dụng một sản phẩm tẩy trắng tự do trên thị trường, thì những sản phẩm được chế tạo bởi những nhà sản xuất lớn có tiếng thường có một thành tích tốt về an toàn và kiến hiệu, tuy rằng chúng sử dụng một mức tập trung proxide thấp hơn và phải mất nhiều thời gian hơn là những sản phẩm mà nha sĩ hội viên CDA của quý vị có thể cung cấp.

Với những hệ thống tẩy trắng OTC mà dựa vào một khay để giữ dung dịch tẩy trắng, thường thường là khay đó không được chế tạo riêng cho quý vị để giữ cho dung dịch đúng vị trí và không ngăn ngừa được chúng chảy ra nướu hoặc nuốt vào bụng.

Những kem tẩy trắng răng thường dùng sức chà sát để giữ cho răng sạch và trắng hơn. Tuy nhiên, việc sử dụng nhiều lần chất chà sát trên men răng sẽ làm cho men răng mòn quá mức và bớt sáng láng với thời gian. Nếu sử dụng những thứ này, cần cẩn thận dè chừng.

Nếu một thứ kem đánh răng sử dụng chất peroxide để tẩy trắng răng, thời gian kem chạm tới răng thường quá ngắn nên không có hiệu quả tẩy trắng lắm. Những sản phẩm này hữu dụng nhất để duy trì màu trắng sau khi đã thực hiện xong việc này bằng một phương pháp kiến hiệu hơn.

Hãy luôn luôn tham vấn với nha sĩ hội viên CDA của quý vị trước khi sử dụng một sản phẩm chăm sóc răng miệng bán tự do ngoài thị trường để được biết chắc là nó an toàn và kiến hiệu trong trường hợp của quý vị.