

Skötselråd för blekskena

Användning

Följ alltid de instruktioner som du fått från din tandläkare när det gäller hur och när blekskenan ska användas. Det är viktigt att applicera blekningsgelen enligt tandläkarens rekommendationer och inte överanvända produkten, då detta kan leda till tandkänslighet eller skada på tandköttet. Använd skenan för den tid som angivits av din tandläkare, vilket vanligtvis är ett par timmar per dag eller över natten.

Rengöring

Rengör din blekskena noggrant efter varje användning för att ta bort blekningsgel och förhindra bakteriebildning. Använd en mjuk tandborste och skölj skenan i kallt till ljust vatten. Undvik heta temperaturer då det kan deformera skenan. Använd inte tandkräm då det kan vara slipande. För grundligare rengöring kan du ibland använda en mild såplösning eller tabletter avsedda för rengöring av tandproteser och skölj därefter noga.

Förvaring

Förvara blekskenan torrt och skyddat när den inte används. Använd en ren och torr förvaringsask för att hålla skenan säker från damm och smuts. Se till att skenan är helt torr innan du placerar den i asken för att undvika mögelbildning.

Kontrollera skenan

Inspektera din blekskena regelbundet för sprickor, brott eller andra tecken på slitage. Om skenan skadas, kontakta din tandläkare för att få en ny. En trasig skena kan resultera i ojämn blekning och kan vara obekvämt att använda.

Hantering av känslighet

Om du upplever tandkänslighet under eller efter behandlingen, kan det vara en idé att minska användningstiden eller frekvensen. Din tandläkare kan också rekommendera produkter för att minska känsligheten, som en tandkräm för känsliga tänder eller en fluoridgel.

Regelbundna tandläkarbesök

Besök din tandläkare regelbundet för att övervaka framstegen med tandblekningen. Tandläkaren kan justera behandlingsplanen om det behövs och se till att dina tänder och tandkött förblir friska.

Genom att följa dessa råd och tips kan du få en säker och effektiv tandblekningsupplevelse med din blekskena.