NZOS „MEDI-DENT” / ul. bp A. Śmigielskiego 11B / 42-500 Będzin / tel. 32 761 07 17 / tel. 602 747 256

**ZALECENIA PO SCALINGU I PIASKOWANIU**

##### Piaskowanie zaleca się wykonywać średnio co pół roku. U osób ze skłonnością do tworzenia się osadu, a więc palaczy, oraz spożywających duże ilości kawy i herbaty zabieg wykonuje się w zależności od potrzeb – nawet co 3, 4 miesiące. Podobnie jest z usuwaniem kamienia nazębnego. Efekt jest natychmiastowy. Zęby odzyskują swój naturalny kolor, stają się odświeżone i jaśniejsze.

# <<Aby cieszyć się pięknym i zdrowym uśmiechem jak najdłużej, zalecamy stosować się do kilku prostych zaleceń pozabiegowych>>

* Przez 2 godziny od zabiegu powstrzymać się od jedzenia oraz picia.

Radzimy, aby w tym czasie pić wyłącznie wodę mineralną

* Przez 24 godziny po zabiegu utrzymywać „białą dietę”. Unikamy barwiących pokarmów tj. buraki, szpinak, sos pomidorowy, czerwone wino, czarna kawa, jagody, soki owocowe, herbata, czekolada
* W przypadku wystąpienia nadwrażliwości, zalecamy stosowanie specjalnej pasty do zębów nadwrażliwych. Dolegliwości powinny ustąpić do 3 dni po zabiegu.
* Przez 2 godziny od zabiegu powstrzymać się od jedzenia oraz picia.

Radzimy, aby w tym czasie pić wyłącznie wodę mineralną

* Przez 24 godziny po zabiegu utrzymywać „białą dietę”. Unikamy barwiących pokarmów tj. buraki, szpinak, sos pomidorowy, czerwone wino, czarna kawa, jagody, soki owocowe, herbata, czekolada
* W przypadku wystąpienia nadwrażliwości, zalecamy stosowanie specjalnej pasty do zębów nadwrażliwych. Dolegliwości powinny ustąpić do 3 dni po zabiegu.

##### Utrzymanie efektów po piaskowaniu zębów jest przede wszystkim zależne od higieny jamy ustnej. Obowiązuje jedna reguła: im częstsze szczotkowanie, tym dłużej utrzymujący się efekt. Zęby należy myć po każdym posiłku, przez około 3 minuty.