

ฟันขาว กับวิธีง่ายๆ

นำเสนอเมื่อ : 10 เม.ย. 2552

วันนี้เกิดความรู้วิธีทำให้ฟันขาวมาแนะนำกัน....

- วิธีแรก คือ
แปรงฟันให้สะอาดอย่างทั่วถึงหลังอาหารทุกมื้อ

รวมกับการไปพบทันตแพทย์อย่างสม่ำเสมอเพื่อขูดหินปูนและขัดฟัน ซึ่งการขัดฟันจะไม่ทำให้ฟันบางลง แต่ถาเกิดการมีฟันผุก็จัดการให้เรียบร้อย สำหรับฟันหนาทันตแพทย์จะกรอส่วนที่ผุ มีสีดำ หรือสีเหลืองออก แล้วอุดด้วยวัสดุที่มีสีเหมือนฟัน เหนือ ฟันก็จะมีสีขาวสะอาดได้เหมือนปกติ

- การฟอกสีฟัน คือ การฟอกสีฟันทั้งปาก ได้รับความนิยมจากคนทั่วไป
และมีการวิวัฒนาการของยาที่ฟอกสีฟัน ทำให้ใช้ได้สะดวกและมีประสิทธิภาพมากขึ้น

การฟอกสีฟันทั้งปาก ทำได้ 2 วิธี

วิธีแรก คือ จะต้องทำในคลินิก โดยทันตแพทย์จะเป็นผู้ทำ โดยใช้สารฟอกสี ซึ่งส่วนใหญ่ คือ สารประเภท Peroxide ที่มีความเข้มข้น 30-35 % ระยะเวลาในการทำแต่ละครั้ง คือประมาณ 30 นาที - 1 ชั่วโมง

วิธีที่สอง คือ นำสารฟอกสีกลับไปทำเองได้ที่บ้าน โดยทันตแพทย์จะเตรียมอุปกรณ์ให้ แต่ต้องกลับมาตรวจเป็นระยะตามที่ทันตแพทย์นัด สารฟอกสีที่ใช้ก็เป็นประเภทเดียวกับที่ทำในคลินิก แต่จะมีความเข้มข้นน้อยกว่า คือ ประมาณ 2-10% เพื่อความปลอดภัย วิธีฟอกก็ไม่ยาก เพียงแค่นำสารฟอกสีลงในถาดฟันยางที่ทันตแพทย์ทำเฉพาะไว้สำหรับแต่ละคน จำนวนน้ำยาที่ใส่ลงในถาดก็ประมาณเพียง 1 ใน 3 ของถาด แล้วสวมฟันยางไว้ วันละ 1-2 ชม.

ใครที่อยากให้ฟันขาวสะอาดก็ลองนำวิธีที่แนะนำไปปฏิบัติดูกันได้. ที่มา : เติลินิวส์