



## **TEETH WHITENING**

### POST CARE

Congratulations,, you have just experienced a revolutionary tooth whitening procedure.

The next 48-72 hours are critical in which your teeth are more susceptible to stains, in order to maximize the whitening results for a long lasting

**Please follow the instructions below:**

- You may face a tooth sensitivity in the first 2-3 days, apply the gel prescribed by your dentist whenever needed.
- Do not consume dark or yellow staining substances such as: Red or white wine/orange juices\soft drinks\mustard\ketchup\soya sauce\berries\strawberries\color lipsticks\Red sauces\Coffee\Tea\colored toothpastes\colored mouthwashes....etc.
- Do not smoke
- Colorless Food and drinks are recommended like: white tuna\turkey\white fish\cheese\white sauce pasta\bread\white rice\milk\bananas\apples\pears\yogurt\white cookies\egg whites.....etc.
- Maintain the white color of your teeth by using a whitening toothpastes.

**FOR EMERGENCY OR INQUIRIES DO NOT HESITATE TO CALL 17811111**



## تبييض الأسنان

الرعاية اللاحقة

تهانينا ، لقد جربت للتو إجراء تبييض الأسنان. تعتبر الساعات التالية التي تتراوح بين 48 و 72 ساعة حرجة والتي تكون فيها أسنانك أكثر عرضة للبقع ، من أجل إدامة نتائج التبييض لفترة طويلة ، يرجى اتباع التعليمات التالية:

- قد تواجه حساسية الأسنان في الأيام الأولى - 2-3 ، قم باستخدام الجل الذي يصفه طبيب الأسنان عند الحاجة.
- لا تستهلك مواد تلوين داكنة أو صفراء مثل: النبيذ الأحمر أو الأبيض / عصير برتقال / مشروبات غازية / ماسترد / صلصة كاتشب / صويا / توت / فراولة / أحمر شفاه ملون / صلصة حمراء / قهوة / شاي / معجون أسنان ملون / غسولات الفم الملونة ... إلخ.
- لا تدخن
- يُنصح بتناول الأطعمة والمشروبات عديمة اللون مثل: التونة البيضاء / الديك الرومي / السمك الأبيض / الجبن / المعكرونة المقلية بالبيتزا / الخبز / الأرز الأبيض / الحليب / الموز / التفاح / الكمثرى / الزبادي / الكعك الأبيض / بياض البيض ... الخ.
- الحفاظ على اللون الأبيض من أسنانك باستخدام معاجين الأسنان تبييض.

إذا ظهرت أي مشاكل أو أسئلة ، يرجى الاتصال بنا على: ١٧٨١١١١١