

ZALECENIA PO ZABIEGU HIGIENIZACJI ZĘBÓW

- przez **2 godziny bezpośrednio po zabiegu** należy powstrzymać się od jedzenia i picia
- przez **24 godziny** po zabiegu należy unikać pokarmów i napojów mogących przebarwiać powierzchnie zębów (np. kawa, czerwone wino, buraki, jagody, marchew, coca-cola)
- po zabiegu zęby należy umyć dopiero **kolejnego dnia rano**
- po zabiegu do końca dnia **nie należy spożywać produktów kwaśnych** takich jak owoce cytrusowe , soki, napoje gazowane oraz orzechów
- po zabiegu pacjent może odczuwać czasową nadwrażliwość zębów na ciepło, zimno czy smak kwaśny - jest to normalne
- w niektórych przypadkach może pojawić się niewielkie krwawienie dziąseł, które po kilku dniach samoistnie ustępuje
- w razie konieczności zażyć **leki przeciwbólowe dostępne bez recepty** (np. paracetamol, ibuprofen)

