

## 牙齒美白

「明眸皓齒，巧笑倩兮」，白皙的牙齒不僅意味著燦爛的笑容，更可以提升自信，甚至是改善人際關係及達成業績的新一代指標。面對坊間各式各樣的產品，如何選擇適當的美白方式，才能擁有如大明星般潔白明亮的牙齒呢？

導致牙齒變色的原因很多，很多情況下的牙齒變色並非單一原因造成，譬如香煙內含的尼古丁剛開始造成牙齒表面著色，時間一久，也會使深層齒質染色。治療方面必須考量導致牙齒變色的真正原因，才能作有效的處置。牙齒表面染色如煙垢、檳榔垢或、咖啡、茶的染色可經由拋光或噴砂處理而去除。牙髓病變引起的變色，則必須先經適當的根管治療的處理後，再做髓腔內漂白效果會比較好，一般活性牙齒齒質染色則須使用化學藥劑過氧化氫。但並非所有變色的牙齒都可以以漂白達成美觀需求。一般而言，牙釉質表面染色、牙齒深層輕度或中度染色、與年齡增長而產生的變色或輕度氟斑造成的黃棕染色、以及輕、中度四環黴素染色，效果最佳。具有全身性系統疾病者、重度四環黴素染色者，或者因為牙齒表面畸形、牙齒嚴重酸蝕及失敗的補綴物等而無法達成理想時，須以鑲復物（鑲面或陶瓷牙冠）覆蓋齒面。

目前市面上可見牙齒美白方式大概有以下幾類：

## 雷射及冷光漂白

雷射及冷光美白是近幾年來發展的美白方式，以強力氧化劑鋪於牙齒表面，再用雷射光或冷光照射，時間約一至二小時。優點：快速；缺點：昂貴。

## 在醫師指導下居家使用藥物方式：

在診所取模做特製的牙托，經牙醫師指示在家中將漂白劑放於牙托內自行配戴，每天配戴6-8小時，一般使用期間約為二至六星期，視牙齒變色程度而定。優點：方便、安全、效果佳；缺點：須時較長。

## 自購美白產品 產品類別：

一、美白牙膏、美白牙刷、美白牙線類產品：停留於齒面時間短暫，潔白功能大於美白。適合去除每天囤積於牙齒表面的齒垢。

二、美白凝膠、美白筆、美白貼片等在晚上睡覺時配戴。優點：方便便宜；缺點：須時較長，漂白劑易外漏而傷害軟組織，效果不易控制。

牙齒漂白僅限於自然牙齒，對於補綴物如假牙或複合樹脂充填並無效果，所以在做完牙齒漂白後，顏色不一致的補綴物有可能須要更換，建議在漂白完成二週，待齒色穩定後再進行。

