

## Les fiches conseils de l'UFSBD



### ÉCLAIRCISSEMENT DENTAIRE (blanchiment) : à pratiquer avec prudence

#### À savoir

On distingue 2 types de colorations :

- Les colorations externes ou exogènes qui sont dues à nos habitudes de vie et de consommation : thé, café, tabac, vins, tanins, épices, ... Elles pourront être gommées grâce à plusieurs techniques
- La coloration interne qui est la teinte propre de la dent, elle ne pourra disparaître qu'avec un traitement d'éclaircissement

#### Pour aller plus loin

Les colorations externes sont facilement éliminées avec un détartrage et un polissage réalisé dans un cabinet dentaire.

- Pour limiter le dépôt de ces colorations, on peut aussi utiliser des dentifrices dits « blancheur ». Ils contiennent le plus souvent du bicarbonate micropulvérisé (pour avoir un effet polissant sur la dent et non abrasif) et plus de silice (minéral qui permet de décrocher la plaque dentaire). Le tout permet de gommer les colorations de surface et les diminuer. Mais ces dentifrices ne modifient pas la teinte propre de la dent.

- Une brosse à dent électrique est aussi une bonne solution : elle permet de mieux gommer la coloration de surface par rapport à l'utilisation d'une brosse manuelle.

- Buvez de l'eau après votre thé ou votre café ! Le fait de se rincer la bouche à l'eau claire va diminuer l'installation des tanins.

La coloration interne est traitée avec des produits à base de peroxyde d'hydrogène qui vont oxyder les pigments colorés de la dent.

Selon les normes européennes, un éclaircissement dentaire se fait de manière ambulatoire. Au cabinet, le dentiste, après un examen bucco-dentaire approfondi, réalise une empreinte de vos dents pour créer des gouttières, à l'image d'un protège dents. A l'intérieur de celles-ci, il applique un produit d'éclaircissement à base de peroxyde d'hydrogène. Ces gouttières se portent de 3 à 8h en fonction de leur concentration en produit. Le traitement dure de 15 jours à 4 semaines selon les effets désirés. Les premiers résultats sont visibles dès 2 à 3 jours après le début du traitement.

#### À retenir

Un éclaircissement dentaire est un acte médical

L'éclaircissement ne fonctionne que sur les dents naturelles

Il faut être indemne de carie et d'inflammation gingivale avant la réalisation d'un éclaircissement

Les colorations de surface doivent être éliminées avant le début du traitement d'éclaircissement

*Informations mises à jour le 22 septembre 2022*

---