

讓牙齒更白更美麗～ 牙齒美白技術

◎台北長庚義齒補綴科暨美容牙科主治醫師 許月閔



現代人都希望笑起來可以有一口潔白明亮的牙齒，看起來較為年輕有朝氣，因而越來越多患者尋求牙齒美白的治療。

牙齒染色或變色一般可分為外因性與內因性的因素，外因性因素包括外來色素附著在牙齒上，例如攝取的咖啡、茶、可樂、咖喱、醬油、中藥或深色蔬菜；而內因性的因素包括牙齒本身的顏色、蛀牙或填補物、根管方面問題、外傷、四環黴素染色或是年紀增長老化等。

牙齒美白的機轉，除了去除牙齒表面附著的外來色素之外，再利用美白藥劑淡化牙齒的顏色。目前使用的技術可分為居家美白及專業美白。

● 居家美白 (home bleaching)

使用濃度較低的美白藥劑，患者需印牙模製作美白牙托。使用時將美白藥劑擠在牙托中，配戴美白牙托 7～14 天，可慢慢達到美白效果（圖一）。其優點是較為簡單方便，費用便宜，患者可在家自行使用；由於藥劑濃度較低，因此較不會有術後敏感牙齒痠痛的

現象。而其缺點是作用較為緩慢，大約需要 1～2 週才可以達到最好的美白效果。適應症：較年輕患者之輕微牙齒染色。

● 專業美白 (in-office bleaching)

現在的技術主要是使用冷光美白，需牙醫師才可操作，一次療程約莫需要 2 小時。使用濃度較高的美白藥劑，配合照射光波長介於 480～520 nm 的藍光，催化藥劑的作用，可達到較快速美白的效果（圖二）。其優點是效果較快而明顯，離開診間時就會有明顯的改變；和早期的雷射美白相比，並不會產生高溫而造成牙齒傷害。但是與居家美白相比其缺點是費用較高，且因為藥劑



▲圖一 居家美白所使用的牙托



▲圖二 冷光美白，藍色的部位為牙齦保護劑

濃度相對較高，較有可能造成併發症；牙齒比較容易有術後對冷熱水敏感痠痛的現象，但痠痛程度因人而異，並非每個人都會發生，大部份都是短暫、輕微可忍受的範圍內；另外高濃度藥劑也有可能造成牙齦潰瘍，因此進行冷光美白時需要確實使用牙齦保護劑（圖二），美白過程需密切注意是否有口水流動或是舌頭臉頰碰觸到美白藥劑。專業冷光美白術後建議再配合居家美白牙托及藥劑繼續使用 1~2 週，可達到較為穩定的美白結果（圖三）。適應症：中等嚴重程度的牙齒染色、輕度四環黴素染色、需要快速美白的患者。

美白療程後 6 周內，最好避免攝取色素較深的食物，如咖啡、茶、可樂等

深色飲料，飲用時可使用吸管，色素較不易附著在美白過的牙齒表面。

冷光美白確實可達到牙齒美白的效果，但需要牙醫師確實檢查，鑑別診斷出造成牙齒變色的原因。若是因蛀牙或是不良補綴物、根管問題、牙齒受到撞擊或外傷而變色，則是需要在美白療程之前，先接受妥善的牙科治療，將蛀牙適當地填補或是進行根管治療等。

若是較為嚴重的牙齒變色、四環黴素染色，或各顆牙齒顏色不一致，其中一兩顆牙齒顏色特別深，則需要考慮配合冷光美白，陶瓷貼片或全瓷牙冠的應用，才可達到潔白美麗而迷人的笑容。



▲圖三 冷光美白療程，術前（上圖）與術後（下圖）正面觀及側面觀