

Gesundheit

Weißer Zähne – so klappt es



Fotoquelle: unsplash

Zahnweißer-Cremes für Zuhause, Power-Bleaching beim Profider einfache Hausmittel - was taugen diese Methoden wirklich?

Schöne Zähne sind gefragt. Nicht nur Stars, sondern auch der „Otto-Normal-Verbraucher“ legt heute Wert auf ein weißes Gebiss. Entsprechend groß ist das Angebot an Bleichmitteln für Zuhause. Doch während diese Pasten die ursprüngliche Farbe höchstens etwas auffrischen, bietet der Zahnarzt wirkungsvollere Alternativen. „Dabei muss es nicht gleich ein Bleaching sein“ erklärt Dr. Jochen H. Schmidt, zahnärztlicher Leiter des Carree Dental in Köln. „Aufhellend wirkt bereits eine professionelle Zahnreinigung. Dabei verschwinden auch Verfärbungen durch Kaffee, Rotwein oder Nikotin sowie Zahnstein.“ Eine anschließende Politur sorgt für glatte Zahnoberflächen, so dass Plaque nicht mehr so leicht an den Zähnen haften bleibt.

Arten von Bleaching

Starkes „Schrubben“ reinigt die Zähne besonders gründlich – ein nicht auszumerzender Irrtum. Die Folge: Das Zahnfleisch schwindet und das Zahnbein wird abgetragen, was offene Kanälchen zur Folge hat. „Dafür fertigt der Zahnarzt individuelle Bleichschielen aus Kunststoff an. Gefüllt mit einem Karbamidperoxid-Gel, werden diese vom Patienten abends oder nachts getragen“, so der Experte. Das Resultat: Spätestens nach ein bis zwei Wochen sind die Zähne im Allgemeinen um einen Ton heller. Beim In-Office-Bleaching verwendet der Zahnarzt Präparate in weitaus höherer Konzentration. „Das stärker dosierte Bleaching-Gel wird direkt auf die Zähne aufgetragen“, erläutert Dr. Schmidt. Der Zahnarzt kontrolliert nach einer Einwirkzeit von 30 Minuten das Aufhellungsergebnis. Diese Methode kann auch für einzelne Zähne angewandt werden. „Das effektivste Verfahren ist das Power-Bleaching. Hier wird das Gel ebenfalls vom Arzt aufgetragen, im Unterschied zum Office-Bleaching aber zusätzlich per Laser oder UV-Licht bestrahlt. Dadurch erhöht sich die Wirkung noch“, so Dr. Schmidt.

Hausmittel sind tabu

Auch wenn in Internet immerwieder Erdbeeren, Backpulver, Zigarrenasche oder Zitronensaft als natürliche Bleichmittel gepriesen werden, Zahnmediziner raten ab. Denn sie sind entweder wirkungslos oder die Säuren und Schmirgelstoffe schaden nur.

© Meine Woche

Fotocredits: unsplash

Alle Inhalte, insbesondere die Texte und Bilder von Agenturen, sind urheberrechtlich geschützt und dürfen nur im Rahmen der gewöhnlichen Nutzung des Angebots vervielfältigt, verbreitet oder sonst genutzt werden.