

Die passende Behandlung

Wie werden meine Zähne

Spezielle Mittel zur Aufhellung gibt es mittlerweile viele. Doch nicht jedes hält, was es verspricht. Unser Experte Dr. Schmidt erklärt, welche Methoden gute Ergebnisse bringen und trotzdem schonend zu unserem Gebiss sind

das **neue** Experte

Dr. Jochen H. Schmidt, Zahnarzt und Leiter des Carree Dental in Köln. Der Experte blickt auf eine langjährige implantat-chirurgische Erfahrung zurück. Im Internet zu finden unter: www.carree-dental.de



Doch Vorsicht: Manche Produkte reiben den Zahnschmelz stark ab und sollten deshalb besser nicht täglich angewendet werden. Am besten zuvor den Zahnarzt fragen. Sind die Zähne von Natur aus gelblich, so zeigen Weißmacher-Zahncremes übrigens kaum einen sichtbaren Effekt. Und wer frei liegende Zahnhälse hat, der sollte sie sowieso auf gar keinen Fall nutzen.

Bleibt Betroffenen also nur das Bleaching?

Nein, das ist nicht der Fall! Zahnaufhellend wirkt meist bereits eine professionelle Zahnreinigung. Und das Beste dabei ist: Gleichzeitig fördert die Behandlung auch die Gesundheit der Zähne und des Zahnfleischs. Die professionelle Zahnreinigung wird von einer Fachkraft durchgeführt. Sie entfernt mit speziellen Instrumenten weiche und harte Beläge von allen Zähnen. Dabei verschwinden Verfärbungen durch Kaffee, Rotwein oder Nikotin ebenso wie Zahnstein. Eine anschließende Politur sorgt für glatte Zahnoberflächen, auf denen sich nicht mehr so leicht Beläge bilden. Eine professionelle Zahnreinigung

ist übrigens auch die Voraussetzung für jede anschließende Bleaching-Anwendung.

Welche Methode funktioniert am besten?

Am wirksamsten sind professionelle Bleachings beim Zahnarzt. Eine der gängigen Methoden ist das Home-Bleaching. Dafür fertigt der Zahnarzt individuelle dünne Bleichschiene aus Kunststoff an. Der Patient befüllt sie selbst mit einem bleichenden Gel und trägt sie täglich einige Stunden abends oder über Nacht. Spätestens nach ein bis zwei Wochen sind die Zähne im Allgemeinen um einen Ton heller. Mögliche Nachteile: Bei unsachgemäßer Anwendung kann es zu Reizungen des Zahnfleischs kommen. Zudem sollte während der gesamten Behandlungszeit auf Färbendes wie Kaffee, Rotwein, Tee oder Nikotin verzichtet werden.

Beim sogenannten In-Office-Bleaching muss der Patient selbst nichts machen, da der Arzt das noch höher dosierte Bleaching-Gel aufträgt. Nach einer Einwirkzeit von ungefähr 15 bis 30 Minuten wird das Aufhellungsergebnis erstmalig vom Experten kontrolliert. Insgesamt dauert die Behand-

lung maximal 60 Minuten. Ein weiterer Vorteil dieser Methode: Sie kann auf Wunsch des Patienten auch nur für einzelne Zähne angewandt werden.

Wie lange hält das Ergebnis in der Regel an?

In manchen Fällen muss die Behandlung drei- bis viermal wiederholt werden, bevor das gewünschte Ergebnis eintritt. Je nach Ernährungsgewohnheiten und Mundhygiene hält die Aufhellung ein bis drei Jahre. Wie bei allen Bleaching-Methoden können aber nur eigene Zähne aufgehellt werden und kein Zahnersatz.

Gibt es eigentlich noch wirksamere Verfahren?

Als effektivste Methode gilt das Power-Bleaching. Hierbei wird das Gel ebenfalls vom Arzt aufgetragen, aber zusätzlich per Laser oder UV-Licht bestrahlt. Dadurch erhöht sich die Wirkung. Weiterer Vorteil: Auch bei starken Verfärbungen sichert diese Methode in der Regel gute Resultate. Die Behandlung in der Zahnarzt-Praxis dauert etwa eine Stunde. Wichtig ist auch hier eine gründliche ärztliche Kontrolle vorab, um mögliche Zahn-Irritationen zu vermeiden.

Zugegeben: Durch das Tragen der Alltagsmaske spielen unsere Zähne mittlerweile eher eine Nebenrolle. Doch wenn die Hüllen fallen, wollen wir natürlich immer noch ein strahlendes Lächeln präsentieren. Zahnarzt Dr. Jochen H. Schmidt verrät, wie uns das gelingen kann.

Sind Weißmacher-Zahncremes eine gute Wahl?

Haben bestimmte Nahrungsmittel wie beispielsweise Kaffee, Tee, Rotwein und Tabak im Laufe der Zeit ihre Spuren hinterlassen, so können spezielle Zahnpasten durch ihre Inhaltsstoffe die Zahnoberflächen in der Regel aufhellen.



Eine Schiene wird mit einem speziellen Mittel versehen, das die Zähne aufhellen kann

Die Preise im Überblick

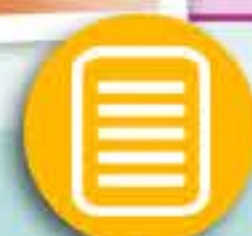
Professionelle Zahnreinigung: zwischen 80 und 120 Euro

Home-Bleaching: zwischen 200 und 300 Euro einmalig inklusive Schiene (siehe Foto). Bei erneuter Anwen-

dung nur noch 20 bis 30 Euro für das Bleichmittel

In-Office-Bleaching: durchschnittlich 500 bis 800 Euro

Power-Bleaching: zwischen 300 und 700 Euro



weißer?

Beim Zahnarzt
bekommen Sie eine
professionelle
Behandlung, die auf
Ihre Bedürfnisse
zugeschnitten ist



Fotos: AdobeStock, Shutterstock, Privat

Eine Blasenentzündung passiert. Aqualibra® wirkt.

4 von 5 Patientinnen
konnten dank Aqualibra® ein
Antibiotikum vermeiden.*

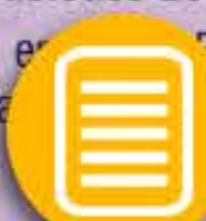


Dank starker
Pflanzen-Kombination
schmerzlindernd
entzündungshemmend
gründlich gegen Bakterien



* Ärztliche Entscheidung anhand des Urinbefundes während siebentägiger Therapie.
Ergebnis einer placebo-kontrollierten, klinischen Studie: Vahlensieck et al. Antibiotics 2019; 8(4):256.



Aqualibra® 80 mg/90 mg/180 mg Filmtabletten. Zur Durchspül. b. bakt. u. e. Erkr. d. ableitenden Harnwege. Als Durchspül. z. Vorbeugung u. Behandlung b. Harnsteinen u. Nierengriß. Für Jugendl. ab 12 J. u. Erw. Bei Blut im Urin, Fieber o. bei Anha. v. über 5 Tage muss ein Arzt aufgesucht werden. Enth. Lactose u. Glucose. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt.  03/2019

www.aqualibra.de