

Schön, aber auch harmlos?

# Bleaching



Fotoquelle: unsplash

**Für weiße Zähne lassen viele nichts unversucht. Mögliche Risiken werden dabei aber häufig übersehen oder unterschätzt**

Strahlend weiße Zähne wünscht sich jeder. Sie machen einfach attraktiver und lassen uns öfter lächeln. „Bleaching“ (engl. „to bleach“ = bleichen) liegt im Trend. Methoden gibt es viele, doch viele haben leider auch einen Haken.

## **Breite Palette an Whitening Produkten**

In Drogerien und Online-Shops werden Whitening Pens, transparente Streifen oder Bleich Schienen angeboten. Diese Präparate dürfen nur noch maximal 0,1 Prozent Wasserstoffperoxid enthalten, bringen also nicht so viel wie eine Behandlung beim Profi. Als Geheimtipp gegen Verfärbungen wird derzeit auch Zahnpasta mit Aktivkohle hoch gehandelt. Sie bindet angeblich Schmutzpartikel und Bakterien und entfernt sanft Beläge. Wer die Aktivkohle aber regelmäßig anwendet, soll jedoch auch den

Zahnschmelz angreifen und von Putzen zu Putzen die wichtige Schutzschicht der Zähne abschrubben. Zudem ist Aktivkohle-Zahncreme nicht gerade preiswert.

## **Aufhellungs-Mythen**

Als Geheimitipp für weiße Zähne wird seit Jahren Backpulver gehandelt. Dr. Schmidt vom Carree Dental in Köln rät davon ab: Backpulver schmirgelt den Schmelz ab und lässt das darunter liegende Zahnbein gelblich durchschimmern. Also genau das, was man nicht will. Auch die Zähne mit Zitronensaft oder Erdbeermus zubehandeln, bringt entgegen landläufiger Meinung nichts. Darin stecken Frucht- und Ascorbinsäure, die Mineralstoffe aus dem Schmelz lösen. Damit man ihn nicht zusätzlich abreibt, sollte man auch nach dem Genuss von Obst(saft) mit dem Putzen 30 Minuten warten.

## **Home Bleaching unter Zahnarzt-Regie**

Aufhellend wirkt oft schon eine professionelle Zahnreinigung. Fürs „Home-Bleaching“ fertigt der Zahnarzt individuelle Bleichschiene an, die mit Peroxid-Gel gefüllt werden. „Trägt man sie regelmäßig nachts ein paar Stunden, sind die Zähne nach ein bis zwei Wochen um einen Ton heller“, weiß Dr. Jochen H. Schmidt, zahnärztlicher Leiter des Carree Dental in Köln. Die Methode ist allerdings nichts für Menschen mit Würgereiz. Kosten: etwa 400 bis 500 Euro.

## **Behandlung mit hoch konzentriertem Gel**

Beim „In-Office-Bleaching“ trägt der Zahnarzt höher dosiertes Bleaching Gel direkt auf die Zähne - oder auch nur einen Zahn – auf. „Bei unsachgemäßer Anwendung kann das Zahnfleisch allerdings sehr gereizt werden“, sagt Dr. Schmidt. „Manchmal muss die Behandlung auch drei- bis viermal wiederholt werden, bevor das gewünschte Ergebnis erzielt wird.“ Kosten: durchschnittlich um ungefähr 500 Euro.

## **Power-Treatment Bestrahlung mit UV-Licht**

Als effektivste Methode gilt das „Power-Bleaching“. Dabei wird das Gel aufgetragen und die Zähne unter einer UV-Lampe oder per Laser bestrahlt. „Das erhöht die Wirkung“, so Dr. Schmidt. „Klappt auch bei starken Verfärbungen. Bei Löchern oder Rissen in den Zähnen sind aber Irritationen nicht auszuschließen.“ Kosten: ca. 600 bis 700 Euro. „Bleaching darf generell nur an gesunden Zähnen und bei intaktem Zahnfleisch angewandt werden. Gelangt Bleichgel ins Zahninnere, kann es Nerven schädigen“, warnt Dr. Schmidt.

© OK!

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.