

Gesundheit

Weiße Zähne hätt' ich gern...

Bella-Experte Dr. Jochen H. Schmidt erklärt, was es bei Bleaching & Co. Zu beachten gibt.

Klar, weiße Zähne hätte jeder gern. Doch manche Methoden zur Aufhellung können dem Gebiss durchaus schaden. Dr. Jochen H. Schmidt, zahnärztlicher Leiter des Carree Dental in Köln, erklärt, worauf wir achten sollten.

bella: Sind Weißmacher-Zahncremes generell eine gute Wahl?

Dr. Jochen H. Schmidt:

Haben Kaffee, Tee, Rotwein und Tabak im Laufe der Jahre ihre Spuren hinterlassen, so können spezielle Zahnpasten dank des Wirkstoffs Titandioxid Zahnoberflächen aufhellen. Doch Vorsicht: Manche Produkte reiben den Zahnschmelz stark ab und sollten deshalb nicht täglich angewendet werden. Am besten zuvor den Zahnarzt fragen. Sind die Zähne von Natur aus gelblich, so zeigen Weißmacher-Zahncremes übrigens kaum einen Effekt. Und wer freiliegende Zahnhälse hat, der sollte sie auf keinen Fall verwenden.

Also bleibt zur dentalen Zahnaufhellung praktisch nur das Bleaching?

Nein, zahnaufhellend wirkt bereits vielfach eine professionelle Zahnreinigung. Sie fördert nicht nur die Gesundheit der Zähne und des Zahnfleischs, sondern hellt diese auch sichtbar auf. In der Regel wird die Behandlung von einer speziell ausgebildeten Fachkraft durchgeführt. Sie entfernt mit speziellen Instrumenten Beläge von allen Zähnen. Dabei verschwinden auch Verfärbungen durch Kaffee, Rotwein oder Nikotin sowie Zahnstein. Eine anschließende Politur sorgt für glatte Zahnoberflächen. Plaque bleibt nicht mehr so leicht an den Zähnen haften, und die Zähne können wieder strahlen.

Gibt es Nachteile?

Möglicherweise werden Bakterien aus den Zahntaschen freigesetzt. Diese können durch winzige Risse im Zahnfleisch in die Blutbahn gelangen und so für Menschen mit Immunschwäche bzw. erheblichen Allgemeinerkrankungen ein Risiko darstellen.

Welche Bleaching-Methoden versprechen die wirksamste Aufhellung?

Am wirksamsten sind professionelle Bleachings beim Zahnarzt. Eine der gängigen Methoden ist das „Home- Bleaching“. Dafür fertigt der Zahnarzt individuelle dünne Bleichschielen an. Gefüllt mit einem Karbamidperoxid-Gel, werden diese vom Patienten täglich einige Stunden abends oder über Nacht getragen. Das Resultat: Spätestens nach zwei Wochen sind die Zähne im Allgemeinen um einen Ton heller. Eventuelle Nachteile: Patienten müssen das Aufhellungsmittel selbst auftragen. Während der Anwendung können Beeinträchtigungen beim Sprechen auftreten. Beim „In-Office-Bleaching“ muss der Patient nichts machen, da der Arzt das noch höher dosierte Bleaching-Gel direkt auf die Zähne aufträgt. Er kontrolliert nach einer Einwirkzeit von ca. 30 Minuten auch das Aufhellungsergebnis.

Hat diese Methode auch Nachteile?

Bei unsachgemäßer Anwendung können Reizungen des Zahnfleischs auftreten. In manchen Fällen muss die Behandlung drei- bis viermal wiederholt werden, bevor das gewünschte Ergebnis eintritt. Je nach Ernährung und Mundhygiene hält die Aufhellung ein bis drei Jahre.

Gibt es noch effektivere Verfahren?

Als effektivste Methode gilt das Power- Bleaching. Hierbei wird das Gel ebenfalls vom Arzt aufgetragen und zusätzlich per Laser oder UV-Licht bestrahlt. Dadurch erhöht sich die Wirkung. Ein weiterer Vorteil: Auch bei starken Verfärbungen sichert diese Methode meist gute Resultate. Die Behandlung in der Zahnarztpraxis dauert etwa eine Stunde. Eventuelle Nachteile: Bei Löchern oder Rissen in den Zähnen sind Irritationen nicht ausgeschlossen. Wichtig ist deshalb eine zahnärztliche Kontrolle zuvor.

© bella

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.