

Endlich wieder weiße Zähne

So werden Sie Verfärbungen los

Strahlend weiße Zähne sind ein Schönheitsideal. Weil die Realität aber meist etwas düsterer aussieht, helfen viele mit Weißmacher-Cremes oder Bleachings nach. Doch manche Methoden zur Aufhellung können dem Gebiss auch schaden – oder gar nichts bringen. „Sind die Zähne von Natur aus gelblich, haben Weißmacher-Zahncremes kaum einen Effekt“, sagt Dr. Jochen H. Schmidt, zahnärztlicher Leiter des Carree Dental in Köln. Haben jedoch Kaffee, Tee, Rotwein oder Tabak die Zähne verfärbt – übrigens Dinge, die man für weißere Zähne meiden sollte –, kann eine Zahnpasta mit Titandioxid diese durchaus aufhellen. „Doch Vorsicht: Manche Produkte reiben den Zahnschmelz stark ab und sollten deshalb nicht täglich angewendet werden“, so der Experte. Wer freiliegende Zahnhälse hat, sollte die Produkte außerdem auf keinen Fall verwenden. Ist also nur ein Bleaching, sprich eine chemische Aufhellung, die beste Wahl? Nein! Auch eine professionelle Zahnreinigung hellt die Zähne auf, weil dabei Beläge, Verfärbungen und Zahnstein entfernt werden. „Eine anschließende Politur sorgt für glatte Zahnoberflächen. Plaque bleibt nicht mehr so leicht an den Zähnen haften, und sie können wieder strahlen“, sagt der Mediziner. Wer die Zähne bleachen will, kann das in einer etwa 30-minütigen Sitzung mit einem hochdosierten Gel vom Zahnarzt machen lassen. Oder er lässt sich in der Praxis Schienen anfertigen, die er zu Hause mit Bleich-Gelfüllt und einige Wochen nachts trägt. Nach zwei Wochen sind die Zähne meist einen Ton heller. Nachteil: „Bei unsachgemäßer Anwendung können Zahnfleisch-Reizungen auftreten“, sagt Dr. Jochen H. Schmidt. Am effektivsten sei das Power-Bleaching. Hierbei trägt der Arzt das Gel auf und bestrahlt es per Laser oder UV Licht. Das erhöht die Wirkung, selbst bei starken Verfärbungen. „Bei Löchern oder Rissen in den Zähnen sind Irritationen aber nicht ausgeschlossen.“ Die Kosten für alle Methoden können Zahnärzte selbst festlegen. Sie variieren daher stark. Schienen für Zuhause können ab 200 Euro kosten, das Gel ab 20 Euro, das Bleaching in der Praxis ab 300 Euro und Power-Bleaching gut und gerne 700 Euro.

© Freizeitwoche

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.