

Zahnarzt-Tipp

Bleaching – Kosmetik für die Zähne

Strahlend weisse Zähne stehen in unserer Gesellschaft für Gesundheit und Erfolg. Dank Bleaching lässt sich der Traum vom leuchtenden Weiss im Mund erfüllen – zumindest vorübergehend.

Strahlend weisse Zähne gehören zum heutigen Schönheitsideal. Dabei wird gerne ignoriert, dass Zähne mit dem Alter ganz natürlich immer dunkler werden. Lebensgewohnheiten können Zähne zusätzlich verfärben: Starkes Rauchen, übermässiger Tee- oder Kaffee-konsum oder die Folgen eines Zahnunfalls. Dank Bleaching, einem chemischen Verfahren, können Zahnärzte störende Farbpigmente herauslösen. Die verschiedenen Methoden zur Zahnbleichung sind weitgehend risikolos, sollten aber dennoch mit der nötigen Sorgfalt durchgeführt werden. Die Zahnärztesgesellschaft SSO empfiehlt deshalb, sich vor der Behandlung vom Zahnarzt sorgfältig beraten zu lassen und auf privates Herumprobieren zu verzichten.

Beim Power-Bleaching in der Zahnarztpraxis werden die zu behandelnden Zähne professionell gereinigt und trocken gelegt. Dann wird eine Paste oder ein Gel mit Wasserstoffperoxid auf der Zahnoberfläche aufgetragen. Diese Paste lässt man rund 10 Minuten wirken. Anschliessend werden die Zähne gut gespült, danach wird ein Fluoridpräparat aufgetragen. Mehrere Sitzungen können nötig sein, um die gewünschte Bleichung zu erreichen. Nach einem Power-Bleaching können die Zähne vorübergehend empfindlich sein.

Eine andere Variante ist das vom Zahnarzt überwachte Bleaching zu Hause, das sogenannte „Home Bleaching“. Dazu benötigt man eine vom Zahntechniker massgeschneiderte Silikonschiene, angefertigt nach dem individuellen Abdruck des Gebisses. Die Kunststoffschiene wird mit Bleichmittel ausgekleidet: vorzugsweise wird sie über Nacht getragen, dies während zwei Wochen. Vor



sicht ist bei vorgefertigten Standardschienen geboten, da ihre Form nicht individuell auf den Patienten angepasst ist. Das Bleichmittel könnte auslaufen und unter Umständen das Zahnfleisch schädigen.

Vorsicht beim «Do-it-Yourself»

Auch bei «Do-it-Yourself»-Varianten ist Vorsicht geboten: Apotheken oder Drogerien bieten Strips an, die mit Wasserstoffperoxid funktionieren. Die Strips werden täglich zweimal 30 Minuten auf die Zähne geklebt. Wegen der schwächeren Dosierung hellen die Zähne weniger stark auf. Neu gibt es auch Bleaching-Lacke, die ohne Schiene oder Strips direkt auf die Zähne gepinselt werden. Bei falscher Anwendung können Zähne oder Zahnfleisch Schäden davontragen.

Den unzähligen Werbeversprechen zum Trotz: Gewisse Verfärbungen lassen sich nicht entfernen, so etwa Verfärbungen von Amalgamfüllungen, dunkle Füllungen oder Kronen. Hinzu kommt: Bleaching hält nicht ewig. Der Bleicheffekt verschwindet nach Monaten oder wenigen Jahren. Fragen Sie Ihre Zahnärztin, Ihren Zahnarzt SSO.