

Weiß

ZAHNBLEACHING

um jeden Preis

Text Antje Stuhr

Sie stehen für Attraktivität. Jugend. Gesundheit. Wenn, ja wenn sie strahlend weiß sind: unsere Zähne! Anders herum kann ein mattes, gelbgrüliches Gebiss den oft entscheidenden ersten Eindruck nachhaltig trüben. Und das ist in optischen Zeiten wie diesen kein besonders angenehmer Gedanke. Also dann: nix wie ran an den Zahn fürs eigene Hollywood-Lächeln! Bloß wie? Mit Streifen, Pasta und Pinsel in Heimarbeit? Oder doch besser gleich professionelles Bleichen beim Zahnarzt, vielleicht sogar in einer trendigen „White Lounge“? FIT FOR FUN sagt Ihnen, was wie wirkt und welche Nebeneffekte zu beachten sind.

Grauschleier Kleinkinder haben von Natur aus weiße Zähne. Doch im Laufe der Jahre setzen die makellosen Beißerchen Patina an. Dafür gibt es viele Ursachen:

- Externe Verfärbungen: Farbstoffe aus Nahrungs- und Genussmitteln dringen in den Zahnschmelz ein. Vor allem Kaffee, Tee, Rotwein und Zigaretten lassen den Zahnschmelz dunkler und dadurch unansehnlich erscheinen. Aber auch bestimmte Medikamente wie Antibiotika können Spuren an den Zähnen hinterlassen.
- Interne Verfärbungen: Sie treten vor allem bei wurzelbehandelten Zähnen auf. Die Zerfallsprodukte des Zahnnervs oder des Wurzelfüllmaterials sorgen für die Dunkelfärbung.

Strahlend weiße Zähne – die beste Visitenkarte nicht nur für Liebe auf den ersten Blick! Bleaching ist deshalb voll im Trend. FIT FOR FUN sagt, welche Methoden es für zu Hause gibt und warum es beim Zahnarzt bis zu neunmal heller wird.

Qual der Wahl In Drogerien und Apotheken wird dem irritierten Verbraucher heute eine Vielzahl von Bleachingmitteln angepriesen: von der Zahnpasta mit Schrubbelkörnchen bis zur Schiene, die wir selbst mit Bleichgel füllen und an unsere Kiefer anpassen sollen – und natürlich versprechen sie alle strahlende Ergebnisse. Jedoch zeigt laut Stiftung Warentest lediglich ein einziges Produkt, die Blend-a-med Whitestrips (siehe Test Februar 2006), wirklich sichtbare Erfolge. „Es ist allerdings immer die Frage, was man erwartet“, sagt unser Experte Dr. Jens Voss, Partner-Zahnarzt von go Dentis (Gesellschaft für Innovation in der Zahnheilkunde). „Das professionelle Bleaching beim Zahnarzt ist aber in jedem Fall wesentlich effektiver.“ Und da die Do-it-yourself-Verfahren rund alle sechs Monate wiederholt werden müssen, um die Aufhellung zu erhalten, sind sie laut Voss auf Dauer nicht einmal viel günstiger. Immerhin: Bei sachgemäßer Anwendung schaden die Verfahren den Zähnen praktisch nicht.

Auch in den Praxen erfolgt das Bleaching nach unterschiedlichen Methoden (einen Überblick gibt die Tabelle auf der nächsten Seite). Damit sind Aufhellungen um bis >



ADRESSEN

Informationen rund ums Bleaching

- **go Dentis White**
Verzeichnis von Partnerzahnärzten, Schwerpunkte: professionelle Zahnreinigung und Bleaching, www.godentis.de
- **Zentrum für Zahnästhetik**
Fünf Zentren in Deutschland; Tel. 04952/95 15 40, www.zfz.de
- **Hellere Zähne**
Informationen und Ärzteverzeichnis unter www.hellere-zaehne.de

Bleaching-Zentren

- **Berlin:** www.puz-berlin.de
- **Frankfurt:** www.praxis-opernplatz.de
- **Hamburg:** www.the-white-room.com
- **Köln:** www.docwhite.de
- **Leipzig:** www.white-lounge.com
- **München:** www.bleaching-muenchen.de

Lecker Hingucker:
Weiße Zähne machen sexy
und begehrenswert

Foto: Bruno Juminer/SIC/Studio X

zu neun Nuancen möglich – im Vergleich zu nur ein bis drei Nuancen bei den Do-it-yourself-Produkten. Wieder gilt: Das Bleaching ist grundsätzlich unbedenklich, allerdings können auch bei professionellen Behandlungen Probleme auftreten.

Risiken Wird zum Beispiel das Bleichmittel, in der Regel Wasserstoffperoxid, in zu hoher Konzentration angewendet (sollte nicht über 30 Prozent betragen), kann der Zahnschmelz angegriffen werden. Dadurch kommt es zu Empfindlichkeiten der Zähne. Ist die Lichtquelle (LED, Halogen oder Plasma), die dem Beschleunigen des Bleichprozesses dient, zu stark oder wird sie zu lange eingesetzt, können leichte Verbrennungen am Zahnfleisch auftreten. Bei Plasmalampen ist diese Gefahr am geringsten, da sie keine Strahlen im UV-Bereich (besonders starke Wärmeentwicklung) abgeben.

Unser Experte empfiehlt daher: Erkundigen Sie sich unbedingt vorher, wie stark

das Bleichmittel ist und welche zusätzlichen Hilfsmittel verwendet werden. Dann bleiben Ihnen böse Überraschungen ziemlich sicher erspart. Übrigens setzen auch Kosmetikstudios immer öfter auf die neue Lust am Weiß. „Allerdings“, so betont Dr. Daud Abed, Zahnarzt in Hamburg, „fehlt den Kosmetikerinnen der ‚klinische Blick‘, um eventuelle Defekte im Mundraum zu erkennen. Lassen Sie mögliche Schäden deshalb immer erst von einem Zahnarzt ausschließen.“ Nur dieser könne außerdem prüfen, ob

- es sich um eine interne oder externe Verfärbung handelt. Daraus ergibt sich dann die Behandlungsmethode (siehe Tabelle);
- sich die Verfärbungen eventuell schon durch eine professionelle Zahnreinigung entfernen lassen;
- Kronen oder Füllungen vorhanden sind, die nicht mit aufgehellt werden können.

Ist von ärztlicher Seite alles abgeklärt, steht Ihrem persönlichen Traum in Weiß tatsächlich nichts mehr im Weg.



Die Lichtquelle erzeugt Wärme, die den Bleichprozess erheblich beschleunigt

Bleaching-Methoden beim Zahnarzt

Die professionellen Behandlungen unterscheiden sich in Effektivität und Preis. FIT FOR FUN gibt Ihnen den Überblick:

PRODUKT/PREIS	BEHANDLUNGSMETHODE	VORTEILE	NACHTEILE
IN-OFFICE-BLEACHING GEL Professionelles Aufhellen der Zähne in der Praxis Preis: 350 bis 600 Euro*	Inspektion der Zähne, Anfertigen einer individuellen Schiene, Schutz des Zahnfleisches, Auftragen des Bleichgels und Aktivierung (mittels Lichtquelle), Einwirkzeit 15 bis 30 Minuten, gesamt: 2 Std. inkl. professioneller Reinigung	Schnelle Wirkung , Aufhellung um bis zu neun Farbeinheiten, schonendes Verfahren, in der Regel nur eine Sitzung	relativ hohe Kosten
HOME-BLEACHING GEL & SCHIENE Kombinierte Behandlungsmethode (Praxis/zu Hause) Preis: ab 250 Euro*	Inspektion der Zähne, Anfertigen einer individuellen Schiene in der Zahnarztpraxis. Die mit Bleichmittel gefüllte Schiene wird zu Hause 5 bis 7 Nächte lang getragen. Wirkstoffkonzentration geringer als beim In-Office-Bleaching	Kostengünstiger als In-Office-Bleaching, Aufhellung um bis zu vier Nuancen. Eine Auffrischung ist bei vorhandener Schiene jederzeit möglich	Abdrucknahme nötig, lange Behandlungsdauer , Ergebnis nicht gleich sichtbar, falsche Handhabung möglich, Schiene kann beim Schlafen stören
INTERNES BLEACHING Nur in der Praxis möglich, bei internen Verfärbungen nach Wurzelbehandlung Preis: circa 100 Euro pro Zahn	Das Bleichmittel wird vom Zahnarzt über den Zugang zum Wurzelkanal in den Zahn eingebracht. Dadurch erfolgt eine Aufhellung des toten Zahns von innen. Meistens 1 bis 2 Sitzungen	Wurzelbehandelte einzelne Zähne werden effektiv aufgehellt, somit kann eine Überkronung vermieden werden	Äußerliche Verfärbungen werden nicht mit beseitigt, deshalb ist oft noch ein externes Bleaching nötig
LASERBLEACHING LASER & BLEICHGEL Modernste und schnellste Methode in der Praxis Preis: 500 bis 700 Euro*	Neuestes Verfahren! Bepinseln der Zähne mit Bleichgel. Anschließend werden die Zähne für eine halbe bis eine Minute mit Laser bestrahlt. Meist sind 2 Sitzungen innerhalb von 2 Wochen erforderlich	Hohe Aufhellung möglich, bei kurzer Behandlungszeit (zur exakten Beurteilung noch zu wenig Erfahrung). Sofort sichtbares Ergebnis , keine Schiene nötig	Behandlungsmethode ist nur in wenigen Praxen verfügbar (Suche über Zahnarztverzeichnisse, siehe Adressen vorige Seite), hohe Kosten

* Preise für Ober- und Unterkiefer

Foto: Frommann/lair (6)



EXPERTE

„Eine kurze Angelegenheit mit langanhaltendem Ergebnis“

Zahnarzt Dr. Jens Voss über die Effektivität des professionellen Zahnbleachings.

Was genau passiert beim Bleaching?

Innere Verfärbungen, die man durch die professionelle Zahnreinigung nicht entfernen kann, werden mithilfe eines Bleichgels in einem chemischen Prozess aus dem Zahn herausgefiltert. Somit wird eine deutliche Aufhellung der Zähne erzielt. Die Behandlung dauert nur circa eine Stunde.

Ist das Bleaching schädlich?

Nein, in der Dosierung, die üblicherweise beim In-Office-Bleaching angewendet wird, entstehen bei sachgemäßer Anwendung und ausreichendem Zahnfleischschutz keine Schäden.

Was ist vor dem Bleaching zu beachten?

Es sollte unbedingt eine zahnärztliche Kontrolle durchgeführt werden. Füllungen oder Kronen lassen sich nicht aufhellen. Zahnfleischentzündungen oder Karies müssen vorher ausgeschlossen werden. Anschließend sollte eine professionelle Zahnreinigung erfolgen, um zunächst die oberflächlichen Verfärbungen zu beheben.

Gibt es Kontraindikationen oder Risiken?

Die Behandlung sollte erst ab einem Alter von vierzehn Jahren erfolgen und nicht während der Schwangerschaft und Stillzeit. Auch bei sehr empfindlichen Zähnen oder freiliegenden Zahnhälsen ist Vorsicht geboten.

Ist die Behandlung schmerzhaft?

80 Prozent der Behandelten haben keine Probleme. Bei anderen kann es innerhalb der ersten 24 Stunden zu verstärkter Empfindlichkeit an den Zähnen kommen, die dann aber verschwindet. Eine nachfolgende Fluoridierung der Zähne vermindert die Empfindlichkeit zusätzlich.

Wie effektiv ist das Ergebnis?

Mit den gängigen In-Office-Systemen ist, je nach Ausgangswert, eine Aufhellung um acht bis neun Nuancen möglich. Das Ergebnis hält drei bis vier Jahre.

Sind Do-it-yourself-Produkte aus der Drogerie genauso wirksam?

Nein, aufgrund der gesetzlichen Bestimmungen können sie nicht so eine intensive Aufhellung bewirken. Sie sind aber als Ergänzungsprodukte nach einem professionellen Bleaching zu empfehlen, um die Helligkeit länger zu erhalten.



Dr. Jens Voss, Zahnarzt der White Lounge in Leipzig, Spezialist für In-Office-Bleaching

Halsschmerzen?

Rot, rund, halsgesund:

- wirkt aktiv gegen die Erreger
- lindert somit schnell die Halsschmerzen

Erregerbekämpfung ohne Antibiotika!



neo-angin® Halsbretten zuckerfrei. Zur Desinfizierung des Mund- und Rachenraumes bei Halsschmerzen, Heiserkeit, Katarh, Erkältung, Angina, Entzündungen des Mund- und Rachenraumes sowie des Zahnfleisches. Nur in Apotheken erhältlich. Warnhinweis: Paracetamol 400mg kann allergische Reaktionen hervorrufen. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. D10474/0001A. GebM - 10274 Berlin - Ein Unternehmen der Klotzfrau-Gruppe. www.neo-angin.de Stand: Oktober 2006