

Strahlendes Hollywood-Lächeln – Hausmittel oder professionelles Bleaching?

In unserer heutigen Gesellschaft stehen strahlend weiße Zähne für Schönheit, Gesundheit und Erfolg. Hollywoodstars wie Miley Cyrus, Nicole Kidman oder Brad Pitt laufen mit einem funkelnden Lächeln über die roten Teppiche der Welt. Denn Menschen mit strahlend weißen Zähnen werden attraktiver wahrgenommen. Es gibt unzählige Möglichkeiten, die Zähne aufzuhellen, beginnend bei Hausmitteln der Oma bis hin zum professionellen Bleaching beim Zahnarzt. Aber was bringen die einzelnen Methoden wirklich und für wen eignen sie sich?

18.05.2018 - von Srdan Milakovic

Omas Hausmittel Zitronensaft und Backpulver zählen zu den beliebtesten Mitteln aus dem Haushalt. Mit Hilfe der natürlichen Säure des Zitronensafts sollen die Verunreinigungen aus den Zähnen gelöst werden, jedoch greift die Säure die Oberfläche der Zähne an und raut diese auf. Somit kann es zur Entstehung von kleinen Schmutznischen kommen. Langfristig kann dies zu einer starken Schädigung des Zahnschmelzes führen, die eventuell eine zahnmedizinische Behandlung nötig macht.

Backpulver wirkt ähnlich wie Scheuermilch und schleift die Zahnschmelzsubstanz ab. Dies führt zwar kurzfristig zu weißeren Zähnen, reduziert aber auch sehr stark die Zahnschmelzsubstanz. In den durch das Backpulver geschaffenen Mikrorissen und Schmutznischen können sich Farbpartikel anlagern und so für eine Verfärbung der Zähne sorgen. Somit kann langfristig sogar der entgegengesetzte Effekt eintreten: Die Zähne werden wieder dunkler.

<http://www.meine-vitalitaet.de/article/view/id/1220>

© 2019 MEINE VITALITÄT / Green Vital Media GmbH

Alle Rechte vorbehalten. Eine Vervielfältigung ist nur mit Genehmigung durch die Green Vital Media GmbH gestattet

-

Insgesamt stellen diese Hausmittel keine geeignete Maßnahme für eine Zahnaufhellung dar und sollten wegen ihrer schädigenden Wirkung nicht genutzt werden.

Bleichgel aus dem Internet oder der Drogerie Bleichgele aus dem Internet oder der Drogerie sind meist von sehr unterschiedlicher Qualität und können teilweise den Zähnen sogar schaden oder zu einem fleckigen Ergebnis führen. Insgesamt ist die Bleichwirkung bei diesen Gelen sehr gering. Im Gegensatz zu den Produkten beim Zahnarzt sind sie nur sehr schwach dosiert (maximal 0,1 % Wasserstoffperoxid, verglichen mit bis zu 6% Wasserstoffperoxid beim Zahnarzt) und dürfen auch nur deshalb im freien Handel verkauft werden. Bei der Anwendung ist zwischen Schienen und Stiften zu unterscheiden.

Wird eine Schiene zum Auftragen verwendet, ist diese standardisiert und umschließt somit nicht zu 100% Ihre Zähne. So kann es passieren, dass das saure Gel mit dem Zahnfleisch in Berührung kommt und dieses verätzt. Die gleiche Gefahr besteht auch bei Bleachingstiften, mit denen, ähnlich wie bei Nagellack, das Gel auf die Zähne aufgebracht wird. Ein exaktes Auftragen ist hier nur schwer möglich.

Professionelles Zahnbleaching Die sicherste und effektivste Methode ist ein professionelles Zahnbleaching in der Zahnarztpraxis Ihres Vertrauens. Voraussetzung hierfür sind gesunde Zähne und ein gesundes Zahnfleisch. Eine professionelle Zahnreinigung vor Beginn des Bleachings wird dabei stark empfohlen, um einen möglichst deutlichen Effekt zu erzielen. In der Regel erreicht man eine Aufhellung der Zähne für mindesten drei bis fünf Jahre. Bei der Behandlung beim Zahnarzt werden zwei Arten der Zahnaufhellung unterschieden, Home-Bleaching und In-Office-Bleaching.

Home-Bleaching Beim Home-Bleaching wird anhand eines Abdrucks eine individuelle Schiene gefertigt. In diese perfekt sitzende Kunststoffschiene wird Karbamidperoxid-Gel gegeben. Sie trägt man für ein bis zwei Stunden täglich zuhause. In der Regel ist nach 14 Tagen das gewünschte Ergebnis erzielt.

In-Office Bleaching Im Gegensatz zum Home-Bleaching findet das In-Office-Bleaching ausschließlich in der Zahnarztpraxis statt. Das Zahnfleisch wird vor der Behandlung mit einer Maske geschützt, bevor ein deutlich höher konzentriertes Gel aufgetragen wird. Dieses wird mit einer speziellen Lampe erwärmt, um die Wirkung weiter zu verstärken. Nach 20-30 Minuten

<http://www.meine-vitalitaet.de/article/view/id/1220>

© 2019 MEINE VITALITÄT / Green Vital Media GmbH

Alle Rechte vorbehalten. Eine Vervielfältigung ist nur mit Genehmigung durch die Green Vital Media GmbH gestattet

-

wird das Gel wieder entfernt. Für ein noch besseres Ergebnis kann das Verfahren wiederholt werden. Diese Verfahren eignen sich besonders für Patienten, die schnell und unkompliziert strahlend weiße Zähne möchten.

Fazit: Um die Zähne aufzuhellen, gibt es jede Menge effektive Möglichkeiten. Wofür Sie sich letztendlich entscheiden, liegt bei Ihnen.

Weitere Informationen:

Zahnästhetik durch moderne zahnkosmetische Verfahren

Tipps für die richtige Zahnpflege

Bildrechte: Flickr Tooth Bleaching (Zahnbleaching) Roger Cox CC BY 2.0 Bestimmte Rechte vorbehalten