

Für blendend weiße Zähne lassen viele nichts unversucht. Mögliche Risiken werden dabei aber häufig übersehen



Nur schön oder schädlich?

Bleaching

Strahlend weiße Zähne wünscht sich jeder. Sie machen attraktiver und lassen uns auch öfter lächeln. „Bleaching“ (engl. „to bleach“ = bleichen) liegt im Trend. Methoden gibt es viele, doch viele haben auch einen Haken.

Breite Palette an Whitening-Produkten

In Drogerien und online-shops werden Whitening Pens, transparente Streifen oder Bleich-Schienen angeboten. Diese Präparate dürfen nur noch maximal 0,1 Prozent Wasserstoffperoxid enthalten, bringen also nicht so viel wie eine Behandlung beim Profi.

Home-Bleaching unter Zahnarzt-Regie

Aufhellend wirkt oft schon eine professionelle Zahnreinigung. Fürs „Home-Bleaching“ fertigt der Zahnarzt individuelle Bleichschienen an, die mit Peroxid-Gel gefüllt werden. „Trägt man sie regelmäßig nachts ein paar Stunden, sind die Zähne nach ein bis zwei Wochen um einen Ton heller“, weiß Dr. Jochen H. Schmidt, zahnärztlicher Leiter des Carree Dental in Köln. Die Methode ist allerdings nix für Menschen mit Würgereiz. Kosten: ca. 400 bis 500 Euro.

Behandlung mit hochkonzentriertem Gel

Beim „In-Office-Bleaching“ trägt der Zahnarzt höher do-



siertes Bleaching Gel direkt auf die Zähne – oder auch nur einen Zahn – auf. „Bei unsachgemäßer Anwendung kann das Zahnfleisch gereizt werden“, sagt Dr. Schmidt. „Manchmal muss die Behandlung auch drei- bis viermal wiederholt werden, ehe das gewünschte Ergebnis erzielt

wird. „Kosten: durchschnittlich ca. 500 Euro.

Power-Treatment-Bestrahlung mit UV-Licht

Als effektivste Methode gilt das „Power-Bleaching“. Dabei wird das Gel aufgetragen und die Zähne unter einer UV-Lampe oder per Laser bestrahlt. „Das erhöht die Wirkung“, so Dr. Schmidt. „Klappt auch bei starken Verfärbungen. Bei Löchern oder Rissen in den Zähnen sind aber Irritationen nicht auszuschließen.“ Kosten: ca. 600 bis 700 Euro. „Bleaching darf generell nur an gesunden Zähnen und bei intaktem Zahnfleisch angewandt werden. Gelangt Bleichgel ins Zahninnere, kann es Nerven schädigen“, warnt Dr. Schmidt.

Bleaching-Mythen

Als Geheimtipp für weiße Zähne wird seit Jahren Backpulver gehandelt. Dr. Schmidt vom Carree Dental in Köln rät davon ab: Backpulver schmirgelt den Schmelz ab und lässt das dar-

unter liegende Zahnbein gelblich durchschimmern. Also genau das, was man nicht will. Auch die Zähne mit Zitronensaft oder Erdbeermus zu behandeln, bringt entgegen landläufiger Meinung nichts. Darin stecken Frucht- und Ascorbinsäure, die Mineralstoffe aus dem Schmelz lösen. Damit man ihn nicht zusätzlich abreibt, sollte man auch nach dem Genuss von Obst(saft) mit dem Putzen 30 Minuten warten.

