



# Weiß, weißer, Bleaching – Lächeln wie ein Filmstar

Der erste Eindruck entscheidet. Psychologen sagen, dass schon in der ersten Sekunde einer Begegnung die Weichen auf Sympathie oder Antipathie, Erfolg oder Misserfolg gestellt werden.

Im Fokus der Betrachtung stehen hierbei Gesicht und somit auch die Zähne. Sind sie strahlend weiß, lassen sie uns erfolgreich, sexy und dynamisch wirken. Zahnbeläge oder Verfärbungen wirken dagegen eher ungepflegt und rufen Ablehnung hervor. Sie trinken Kaffee, Tee, Rotwein und genießen gelegentlich den Geschmack einer Zigarette? Ein gelblicher Schleier über den Zähnen ist da fast unausweichlich. Die modernen Bleichbehandlungen bringen die Schönheit der Zähne wieder zum Strahlen. Ein Bleaching sollte allerdings nach Möglichkeit unter zahnmedizinischer Kontrolle erfolgen, da es Indikationen geben kann, die eine Bleichbehandlung ausschließen und ein falscher Einsatz von Präparaten aus dem freien Verkauf unangenehme Folgen haben kann. Der Wunsch nach weißen Zähnen ist bei vielen Menschen groß. Aktuelle Studien zufolge hat für über 80 Prozent der Deutschen das Aussehen der Zähne eine hohe Bedeutung. Die Entscheidung, welches Verfahren das geeignete ist, sollte daher mit einem Zahnarzt getroffen werden, damit das Ergebnis keine Enttäuschung, sondern ein wirklich strahlendes Lächeln ist.

## In-Office-Bleaching

In-Office-Bleaching bedeutet, dass der Bleichvorgang in der Zahnarztpraxis durchgeführt wird. Zuerst wird das Zahnfleisch abgedeckt und dann ein Bleichmittel auf die Zähne aufgebracht, das man für einige Zeit einwirken lässt. Dieser Prozess kann durch das Licht einer speziellen Lampe oder eines Lasers intensiviert werden. Um eine optimale Wirkung zu erzielen, wird dieser Vorgang – je nach Verfärbung der Zähne – mehr-

mals pro Sitzung wiederholt. Bei extrem starken Verfärbungen können auch mehrere Sitzungen notwendig sein. Eine Bleichbehandlung dauert ca. 60 bis 80 Minuten.

## Home-Bleaching

Als Home-Bleaching bezeichnet man das Bleichen der Zähne zu Hause. Dafür wird im Vorfeld durch den Zahnarzt eine spezielle Schiene angefertigt, die den Zähnen individuell angepasst wird. Der Patient kann in diese Schiene selbst das Bleichmittel, welches schwächer dosiert ist als das Bleichmittel, das beim In-Office-Bleaching in der Zahnarztpraxis benutzt wird, einfüllen und muss sie dann täglich ein bis zwei Stunden lang tragen. Nach ca. 10 bis 14 Tagen ist das optimale Ergebnis erreicht. Dieses Verfahren ist besonders schonend für die Zähne und führt in der Regel nicht zu der sonst manchmal auftretenden leicht höheren Zahnsensibilität.

## Die Voraussetzungen für das Bleichen von Zähnen sind:

- Saubere Zähne, frei von jeglichen Belägen. Das bedeutet, Ihre letzte professionelle Zahnreinigung sollte nicht länger als drei Monate zurückliegen.
  - Gesunde Zähne.
- Es gibt Indikationen, die gegen ein Bleaching sprechen. Deshalb sollten Sie unbedingt vorher mit Ihrem Zahnarzt sprechen.