

INFORMATION ZUM BEHANDLUNGSSPEKTRUM

Ästhetik / Bleaching

Was ist Bleaching?

Bleaching (engl.: bleichen) ist eine moderne Methode der **Zahnaufhellung** aus kosmetischen Gründen durch bestimmte Bleichmittel.

Handelsübliche Zahnpasten und Pulver, die weiße Zähne versprechen, haben nur einen verschwindend kleinen Aufhellungseffekt. Sie arbeiten nämlich nicht auf der Basis von Wasserstoff- oder Carbamidperoxid, sondern enthalten Schleifkörper. Am besten kann man sie mit einem Schleifmittel vergleichen, das es (zum Glück) nicht so schnell schafft, die eingeschlossenen Zahnverfärbungen abzuschmirgeln. Werden solche Schleifpasten aber regelmäßig und ausdauernd angewendet, so kommt es zum Abtrag von Zahnschmelze, zur Schädigung der Zähne und zu dauerhaften Empfindlichkeiten.

Muss ich meine Zähne bleichen?

Dunkle Zähne an sich haben keinerlei funktionelle oder gesundheitliche Nachteile, solange es sich nicht um Zahnbeläge oder Zahnstein handelt. Von den meisten Menschen wird jedoch eine **helle, natürliche Farbe der Zähne** als schön empfunden. Auffällig wird dies besonders beim Lächeln. Oft entspricht eine helle Farbe der Zähne jedoch nicht der Realität.

Beim Bleaching handelt es sich also um eine rein ästhetische Maßnahme, die aus rein medizinischer Sicht jedoch nicht notwendig ist.

Bleaching ist im Normalfall gut verträglich und risikoarm, ist jedoch nicht bei jedem Menschen empfehlenswert. Zum Einen sollten die Zähne intakt und von Karies frei sein, denn ein Eindringen des Bleichmittels in die kariösen Bereiche kann zu einer weiteren, aufgrund der Nervenreizung oft schmerzhaften Schädigung des Zahnes führen, in Einzelfällen sogar bis hin zum Verlust dieses Zahnes. Zum Anderen muss man vor einem Bleaching bedenken, dass Kronen und Prothesen nicht entsprechend mit aufgehellt werden, so dass eine unterschiedliche Färbung in der Zahnreihe auffällig werden kann. Aus diesen Gründen sollte vor einer Behandlung durch Bleaching eine gründliche zahnärztliche Untersuchung in Kombination mit einem Beratungsgespräch erfolgen. Gegebenenfalls können dann auch krankhafte Befunde behandelt werden. **Schwangere sollten auf ein Bleaching verzichten.**

Im Übrigen kommt es nach dem Bleaching zu erhöhter Empfindlichkeit der Zähne gegen heiße und kalte Getränke beziehungsweise Speisen kommen, was bis zu drei Tagen andauern kann. Im Laufe der weiteren Jahre kann es nach der durchgeführten Zahnaufhellung zu einer erneuten allmählichen Verfärbung kommen, so dass später ein erneutes Bleaching beim Wunsch einer kosmetischen Verbesserung angezeigt sein kann.

Warum dunkeln meine Zähne nach?

Einwirkungen, die zu einer gelblich-bräunlichen Verfärbung der Zähne führen können, sind der regelmäßige **Konsum von Tabak, Kaffee, Tee, Rotwein** sowie verschiedenen anderen Nahrungsmitteln. Manche Medikamente können die Zahnfarbe ebenfalls beeinflussen.

Oftmals ist auch bereits von Natur aus eine dunklere, gelbliche Zahnfarbe gegeben, die von vielen Personen als weniger ästhetisch empfunden wird. Je älter man wird, umso mehr sieht man zudem das innere, dunklere Dentin (Zahnmark) durch den Zahnschmelz hindurchscheinen. Um krankhafte Ursachen einer Zahnverfärbung auszuschließen, sollte ein Zahnarzt **vor dem Bleaching** den Zustand der Zähne beurteilen.

Das Bleaching (Zahnaufhellung)

Beim Bleaching wird die Farbe der Zähne verändert, indem man ein bestimmtes Bleichmittel auf die Zähne aufbringt. Verwendet wird **Wasserstoffperoxid** (chemische Formel: H_2O_2). Unmittelbar vor dem Bleaching muss eine professionelle Zahnreinigung durchgeführt werden um eine absolut saubere Zahnoberfläche zu gewährleisten und eine Fleckenbildung nach dem Bleaching zu vermeiden.

Bevor man sich einem Bleaching unterzieht, sollte man versuchen, mit anderen Mitteln die Zahnfarbe aufzuhellen. Eine **Zahnpolitur** oder die Behandlung mit spezieller Zahnpasta kann bereits Erfolge bringen.

Soll ein einzelner Zahn nach Wurzelkanalbehandlung („toter Zahn“) gebleicht werden, erfolgt dies durch das direkte Einbringen des Bleichmittels in das Innere des Zahns. Dabei wird ein Gemisch aus Natriumperborat und destilliertem Wasser oder Wasserstoff in den Zahn eingebracht und für ca. 3-5 Tage belassen. Wenn nötig wird dieser Vorgang mehrmals wiederholt, bis das gewünschte Ergebnis erzielt ist.

Schon vorhandene Füllungen oder Zahnersatz werden natürlich nicht aufgehellt, so dass diese nach der Bleichtherapie eventuell erneuert werden müssen. Das Bleichergebnis bleibt meist über mehrere Jahre stabil. Als unangenehme Nebenerscheinungen treten manchmal Schleimhautirritationen und Überempfindlichkeiten der Zähne auf, wobei diese nach Abschluss der Therapie wieder abklingen.

Wie lange hält ein Bleaching?

Für die Haltbarkeit eines Aufhellungsergebnisses gibt es keine Durchschnittswerte. Sie hängt jedoch in hohem Maße von den Lebensgewohnheiten ab.

Die Erfolgsquoten für Bleichtherapien unterscheiden sich individuell sehr stark. Dabei wird anfangs meist eine deutliche Aufhellung der Zähne beobachtet, welche sich nach wenigen Jahren wieder reduzieren kann. In diesem Fall kann das Bleichen wiederholt werden.

Diese Information ist ein Service der Praxis für moderne Zahnmedizin Dr. Phoebe Kaiser. Bei Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.