

Was kann man gegen dunkle oder gelbe Zähne tun?

TOP

# Weißer Zähne



Wie Bleaching (Zahnaufhellung) wirklich funktioniert!

In Ihrer Zahnarztpraxis Dr. Junk

[www.zahnaufhellung-trier.de](http://www.zahnaufhellung-trier.de)



Wie hell werden meine Zähne nach dem Bleaching?



Wie lange bleiben sie danach weiß?



Schadet Bleaching den Zähnen nicht?

Liebe Leserin, lieber Leser,

viele Menschen wünschen sich hellere Zähne - am liebsten so weiß wie möglich.

Aber sie wissen nicht, ob und wie das geht. Und vor allem haben Sie immer wieder die gleichen Fragen:

- Schadet das den Zähnen nicht?
- Wie weiß werden die Zähne durch Aufhellung?
- Wie lange bleiben sie weiß?
- Wie lange dauert die Zahnaufhellung?
- Und natürlich: Wie viel kostet sie?

In diesem Magazin zum Thema „Bleaching“ (Zahnaufhellung) bekommen Sie die Antworten.

Sie erfahren zusätzlich eine Menge mehr darüber, welche Aufhellungs-**Möglichkeiten** es gibt, wie diese funktionieren und welche die beste für Sie ist.

Wir freuen uns immer wieder darüber, wie glücklich Patienten nach dem Bleaching mit ihren helleren Zähnen sind.

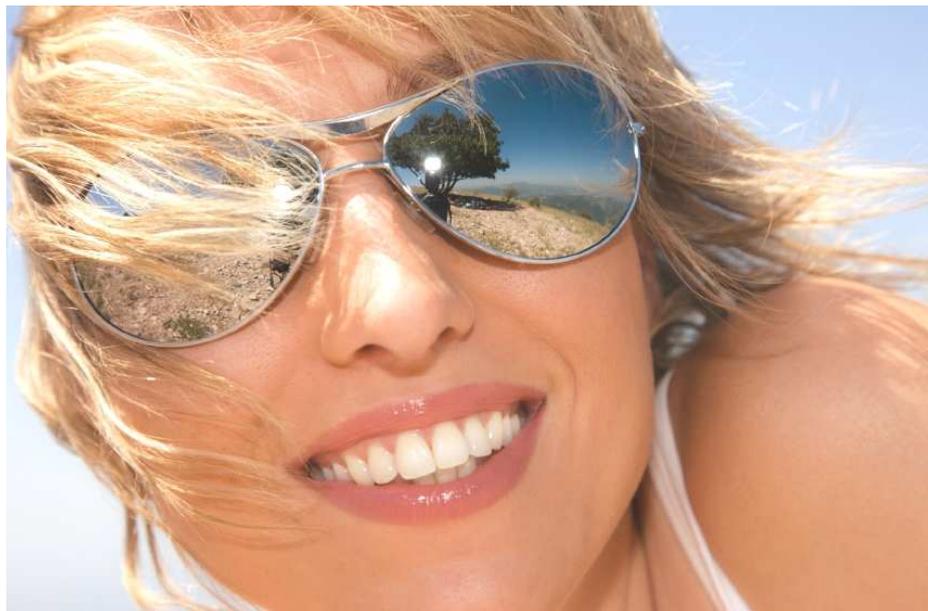
Vielleicht gehören Sie bald auch dazu?

Ihr Praxisteam

Dr. Ralf Junk und Partner

**die zahnarztpraxis am theater**

die zahnarztpraxis  
am theater



Weißer Zähne sind im Trend. Wer sie hat, kann der Umwelt sein schönstes Lächeln zeigen. Bleaching beim Zahnarzt ist in hohem Maße sicher und härtet sogar den Zahnschmelz.

## Warum immer mehr Menschen weiße Zähne wollen

### Ein strahlendes Lächeln macht nicht nur sympathischer ...

... es kann auch erfolgreicher machen. Warum? Viele Studien haben gezeigt, dass Menschen bei anderen sehr auf das Aussehen der Zähne achten.

Dann entscheidet oft der erste Eindruck. Sind die Zähne gelb oder dunkel, wirken sie ungepflegt. Wer keine schönen Zähne hat, traut sich manchmal nicht, unbefangen und frei zu lachen. Viele Menschen „verstecken“ ihre Zähne: Sie halten die Hand vor den Mund, wenn sie lachen müssen. Und wenn sie fotografiert werden, lassen sie ihn lieber gleich ganz zu. Später ärgern sie sich, weil sie auf den Fotos so verkniffen aussehen.

Andererseits: Wer schöne und helle Zähne hat, kann sie stolz zeigen. Damit

kann man unbeschwert reden und lachen.

Das macht nicht nur sympathischer, es kann auch erfolgreicher machen: Wer unbefangen und offen auf andere zugehen kann, hat eine ganz andere **Ausstrahlung**.

Mit hellen und gepflegten Zähnen wirkt man **jugendlich, vital und attraktiv**. Solchen Menschen wird oft der Vorzug gegeben: Privat und im Berufsleben. Wie können auch Sie zu strahlend weißen Zähnen kommen?

Auf den folgenden Seiten finden Sie die Antwort und viele weitere Infos zur professionellen Zahnaufhellung.

Zahnaufhellung zu Hause mit Unterstützung durch den Zahnarzt

# Home-Bleaching: Schöne weiße Zähne schon nach 2-3 Wochen

Warum sich viele Patienten für diese Art der Zahnaufhellung entscheiden

Als **Home-Bleaching** bezeichnet man die Zahnaufhellung zu Hause. Die Zahnarzt-Praxis stellt dafür die notwendigen Hilfsmittel bereit und zeigt Ihnen, wie Sie diese anwenden. Es dauert 2 - 3 Wochen, dann sind Ihre Zähne sichtbar heller. Zahnaufhellung unter Aufsicht und Kontrolle des Zahnarztes ist in hohem Maße sicher!

## Wie funktioniert Home-Bleaching?

Zuerst müssen die Zähne untersucht werden: Wenn sie Löcher, Risse oder undichte Füllungen haben, kann es beim Bleaching Probleme geben. Dann werden die Zähne gründlich gereinigt. Nur so kann das Bleaching-Gel richtig wirken.

Anschließend werden sogenannte Trägerfolien hergestellt. Das sind dünne flexible Folien aus Kunststoff, in die Sie später das Bleaching-Gel füllen.



Trägerfolie für das Bleaching-Gel

Ihr Zahnarzt oder eine seiner Mitarbeiterinnen zeigt Ihnen, wie Sie die Trägerfolie und das Bleaching-Gel benutzen und worauf Sie achten müssen.

### Dann sind Sie dran:

Zu Hause putzen Sie Ihre Zähne zuerst gründlich. Dann füllen Sie das Gel in die Trägerfolie und stülpen diese über Ihre Zähne. Sie spülen kräftig aus, um

Gel-Überschüsse zu entfernen.

Danach können Sie tun, was Ihnen Spaß macht, während das Gel Ihre Zähne aufhellt. Die Tragedauer beträgt (abhängig von der Konzentration des Bleaching-Gels) 1/2 - 6 Stunden pro Tag bzw. nachts.



Home-Bleaching: Attraktivität und Ausstrahlung mit hellen Zähnen

Die nächste Anwendung ist erst wieder am folgenden Tag und schon nach wenigen Anwendungen sehen Sie die ersten Erfolge. Nach 2 - 3 Wochen sind Ihre Zähne sichtbar heller.

Professionelles Home-Bleaching ist eine bewährte Methode der Zahnaufhellung, die schon seit Jahrzehnten angewandt wird.

Viele Menschen wünschen sich weißere Zähne. **Home-Bleaching** aus der Zahnarzt-Praxis ist eine bewährte und sichere Methode, diesen Wunsch zu erfüllen.

So bekommen Sie endlich so helle Zähne, wie Sie sich es schon immer wünschten!

## IHRE VORTEILE

- Zahnärztliche Kontrolle
- Geprüfte Materialien, die den Zahn zusätzlich härten
- Sichtbar hellere Zähne schon nach wenigen Tagen
- Lang anhaltende Wirkung
- Die Zähne können jederzeit sehr preiswert nachgehellt werden

## Fragen & Antworten

### Was heißt „Bleaching“?

Wörtlich übersetzt bedeutet es „Bleichen“, hier also die Aufhellung von Zähnen. Man unterscheidet vier Arten von Bleaching:

**Home-Bleaching:** Zahnaufhellung zu Hause mit Hilfsmitteln, die man vom Zahnarzt bekommen hat.

**Power-Bleaching:** Zahnaufhellung in der Praxis, die oft nur 1-2 Stunden lang dauert (manchmal auch als „In-Office-Bleaching“ bezeichnet).

**Walking-Bleach-Technik:** Die Aufhellung einzelner dunkler Zähne.

Power-Bleaching in der Zahnarztpraxis

# Sichtbar helle Zähne nach nur 60 bis 90 Minuten

Wenn Sie schnelle Ergebnisse wollen

## Wie funktioniert Power-Bleaching?

Wie beim Home-Bleaching müssen die Zähne zuerst untersucht werden: Wenn sie Löcher, Risse oder undichte Füllungen haben, kann es beim Bleaching Probleme geben. Dann werden die Zähne gründlich gereinigt. Nur so kann das Bleaching-Gel richtig wirken.

Bevor das eigentliche Bleaching beginnt, muss das Zahnfleisch mit einem speziellen Schutz abgedeckt werden.



Vor dem Bleaching wird das Zahnfleisch mit einem Schutz abgedeckt

Dann wird das Bleaching-Gel auf die Zähne aufgetragen. Es wirkt ca. 10 Minuten lang ein. Danach wird es gründlich abgespült. Anschließend wird das Gel zum zweiten mal für ca. 10 Minuten aufgetragen. Dieser Vorgang wird insgesamt drei mal wiederholt.

Power-Bleaching wird mit höher konzentrierten Aufhellungsmitteln durchgeführt. Trotzdem ist es sicher, weil die Aufhellung in der Praxis durchgeführt und vom Zahnarzt kontrolliert wird.

Nach ca. 60—90 Minuten sind die Zähne sichtbar heller. Der Patient spült

noch einmal gründlich aus und bekommt einen Spiegel in die Hand gedrückt.

Jetzt sieht er zum ersten Mal seine „neuen“ Zähne. Und fast immer ist das Erste, was wir erleben, ein glückliches Lächeln.

## IHRE VORTEILE

- Professionelle Ausführung durch den Zahnarzt
- Geprüfte und schnell wirkende Materialien
- Hellere Zähne innerhalb von 60—90 Minuten
- Die Methode der Wahl, wenn Sie kurzfristig helle Zähne haben wollen (z. B. für das Hochzeitsfoto)
- Lang anhaltende Wirkung
- Die Zähne können jederzeit nachgehellt werden



Schöne helle Zähne mit Home-Bleaching



Bleaching in der Zahnarzt-Praxis: Viele Patienten sind erstaunt darüber, wie schnell die Zähne hell werden!



Wer weiße Zähne hat, kann unbefangener reden und lachen. Das macht sympathischer und in vielen Fällen erfolgreicher: Privat und beruflich!

## Fragen & Antworten

### Wie kommt es eigentlich zu dunklen Zähnen?

Im Wesentlichen gibt es sechs Gründe dafür:

Die Zähne sind **von Natur aus dunkel** (also „geerbt“).

Sie werden **mit zunehmendem Alter** dunkler.

**Genusmittel** wie Zigaretten, Kaffee, Tee, Cola oder Rotwein machen die Zähne allmählich dunkler.

Manche **Medikamente** können zu Dunkelverfärbungen führen

Bestimmte **Blut- und Lebererkrankungen** verursachen dunkle Zähne

Metalle aus **Amalgam-Füllungen** verfärben den Zahn.

Wenn Zähne nicht gleichmäßig dunkel sind ...

# So werden einzelne dunkle Zähne wieder heller

## Wie es funktioniert:

Bei einzelnen dunklen Zähnen handelt es sich immer um „tote“ Zähne. Das heißt, dass der Zahnerv aus irgendeinem Grund abgestorben ist (siehe Kasten „Fragen und Antworten“).

Um so einen Zahn wieder hell zu bekommen, geht der Zahnarzt wie folgt vor:

Der Zahn wird von der Innenseite her geöffnet. Da er keinen Nerv mehr hat, können Sie nichts mehr spüren. Dann kommt ein spezielles Aufhellungs-Gel in den Zahn und die Öffnung wird provisorisch verschlossen.

Manchmal dauert es nur einen oder zwei Tage, manchmal auch etwas länger, aber dann ist der Zahn in der Regel deutlich heller. Er fällt nicht mehr so unangenehm auf.

Oft reicht eine einmalige Aufhellungseinlage, manchmal muss der Zahnarzt mehrere machen. Wenn der Zahn seine gewünschte Helligkeit erreicht hat, wird das Aufhellungs-Gel entfernt und die Öffnung mit einem stabilen Kunststoff verschlossen. Das ist alles!

### IHRE VORTEILE

- Sie spüren nichts
- Sie sind nicht beeinträchtigt
- Es geht schnell
- Die Helligkeit hält lange an

## Fragen & Antworten

### Warum werden einzelne Zähne dunkel?

Zähne werden dann dunkel, wenn der Zahnerv im Inneren (die sog. Pulpa) abgestorben ist. Wie kommt es dazu? Oft sind es tiefe Löcher im Zahn (Karies), die den Nerv zuerst entzünden und dann zu seinem Absterben führen.

Aber auch dann, wenn ein Zahn einen Schlag abbekommen hat (z.B. durch einen Unfall), stirbt der Zahnerv ab.

Er zersetzt sich; seine Abbauprodukte dringen in den Zahn ein und verfärben ihn. Die dunkle Farbe kommt vom Eisen, das im Hämoglobin der Roten Blutkörperchen enthalten ist.

Hier ist die gute Nachricht: Solche verfärbten Zähne können wieder aufgehellt werden.



Wenn einzelne Zähne auffällig dunkel sind, fühlt man sich oft gehemmt, beim Reden und Lachen. Woher kommen einzelne dunkle Zähne? Wie kann man sie wieder aufhellen? Hier bekommen Sie die Antworten!



Unbefangen lächeln mit gleichmäßig hellen Zähnen

## Profi-Tipp:

Wenn bei Ihnen im sichtbaren Bereich neuer Zahnersatz oder Füllungen gemacht werden müssen, sollten Sie über folgendes nachdenken:

Damit die neuen Zähne nicht auffallen, müssen sie farblich an Ihre eigenen Zähnen angepasst werden.

Wenn Sie vorher Ihre eigenen Zähne aufhellen lassen, können auch die neuen Zähne heller gemacht werden. Nachträglich ist das nur mit erhöhtem Aufwand und Kosten verbunden. Danach haben Sie komplett weiße Zähne, an denen Sie sich lange freuen können!



# Zahnaufhellung: Fragen & Antworten

## Wie hell werden die Zähne?

Wenn es der Zahnarzt macht, um bis zu neun Farbstufen. Das kann man ziemlich genau mit einer sog. Farbskala messen (siehe Foto oben).

Frei verkäufliche Aufheller aus dem Internet oder Drogeriemarkt schaffen das meistens nicht.

## Wie lange bleiben die Zähne weiß?

Wenn es der Zahnarzt macht, ca. zwei bis fünf Jahre. Bei frei verkäuflichen Produkten ist es oft wesentlich weniger.

Wie schnell die Zähne wieder etwas dunkler werden, hängt davon ab, wie Sie sich ernähren und welche Genussmittel Sie konsumieren:

Wenn Sie viel Tee, Kaffee, Rotwein oder Cola trinken und rauchen, werden sie schneller wieder dunkler. Wenn nicht, bleiben sie jahrelang hell.

## Was macht man, wenn die Zähne wieder dunkler werden?

Dann kann man sie ganz schnell wieder aufhellen. Oft genügen zwei bis drei Anwendungen. Sie bewahren die Trägerfolien auf, die Sie beim Home-Bleaching bekommen haben. Das Blea-

ching-Gel können Sie für wenige Euro in der Praxis nachkaufen.

## Was kann ich tun, damit meine Zähne länger hell bleiben?

Eine sehr gute Maßnahme ist, sie halbjährlich in der Zahnarztpraxis professionell reinigen zu lassen.

Das hält nicht nur die Zähne länger hell. Es schützt sie auch vor Karies und Parodontose und es vermindert Mundgeruch.

## Schadet die Aufhellung den Zähnen?

Professionelle Aufhellung beim Zahnarzt ist in hohem Maße sicher! Er kontrolliert vor dem Bleaching Ihre Zähne, um mögliche Risiken auszuschalten.

Wenn Sie Ihre Zähne auf eigene Faust aufhellen, können Löcher und Risse in den Zähnen oder undichte Füllungen zu Problemen führen.

Professionelle Aufhellungs-Gele, wie Sie der Zahnarzt verwendet, sind zugelassene Medizinprodukte mit bewährten Inhaltsstoffen.

Sie sind so zusammengesetzt, dass sie den Zähnen nicht nur nicht schaden. Manche härten den Schmelz sogar!

## Gibt es Nebenwirkungen?

Es gibt zwei mögliche Nebenwirkungen: Die Zähne können während des Bleaching vorübergehend etwas empfindlich gegen Kälte oder Saures werden.

Und das Zahnfleisch kann kurzzeitig etwas gereizt sein. Diese Symptome treten aber nur manchmal auf und verschwinden in der Regel von selbst wieder.

Sie können ggf. mit einem Gel oder einer Salbe gelindert werden.

## Kann man die Zähne in jedem Alter aufhellen?

Vor dem 16. Lebensjahr sollte keine Aufhellung gemacht werden, da Zahnschmelz und Zahnbein noch nicht vollständig entwickelt sind.

Ansonsten ist Bleaching in jedem Lebensalter möglich und nach oben hin gibt es keine Grenze!



*Schöne helle Zähne für Ihr Selbstbewusstsein!  
Unbefangenes Lachen können, für mehr Lebensfreude!*



# Helle Zähne, die Sie sich schon immer wünschten!

## Wann sollte man nicht aufhellen?

Obwohl Bleaching beim Zahnarzt praktisch risikofrei ist, sollte während der Schwangerschaft und Stillzeit keine Aufhellung gemacht werden.

## Funktioniert Bleaching bei allen Zähnen?

Prinzipiell ja, aber es gibt Unterschiede, wie schnell es geht und wie hell sie werden. Zähne, die von Natur aus dunkel sind oder die im Laufe der Jahre durch Genussmittel wie Tee oder Nikotin gelb geworden sind, lassen sich relativ schnell und einfach aufhellen.

Schwieriger ist es bei Zähnen, die durch Medikamente oder Amalgam-Füllungen dunkel geworden sind. Hier kann es länger dauern oder die gewünschte absolute Helligkeit kann nicht erreicht werden.

Bei Zähnen, die durch bestimmte Blut- oder Lebererkrankungen dunkel wurden, funktioniert die Aufhellung nicht.

## Können auch Füllungen, Kronen oder Brücken aufgehellt werden?

Leider nicht. Bleaching funktioniert nur bei natürlicher Zahnschmelze. Wenn Sie schon Füllungen, Kronen oder Brücken an den Schneidezähnen haben, müssen diese nach dem Bleaching eventuell farblich angepasst werden.

Wenn Sie Kronen oder Brücken bekommen sollen, empfehlen wir Ihnen,

Ihre Zähne vorher aufhellen zu lassen. Eine Farbänderung von Kronen oder Brücken ist später nicht möglich! Sie legen sich mit der Farbe für über 10 Jahre fest!

## Woraus besteht Bleaching-Gel und wie funktioniert es?

Das Gel besteht aus sog. Peroxiden, wie z.B. das Wasserstoff-Peroxid, das zum Haare-Bleichen verwendet wird, oder aus Carbamid-Peroxid.

Peroxide sind Stoffe, die Sauerstoff-Atome in einer besonderen Anordnung enthalten.

Beim Auftragen des Gels zerfällt es in sog. Sauerstoff-Radikale, die in den Zahn eindringen, dort die störenden Farbstoffe aufspalten und damit entfärben. Geprüfte Medizinprodukte, die in der Zahnarzt-Praxis verwendet werden, enthalten Zusätze, die Zahnempfindlichkeiten vorbeugen und die den Zahnschmelz härten. Und sie sind pH-neutral, damit sie nicht den Zahnschmelz angreifen.

## Helfen Produkte aus dem Internet oder Drogeriemarkt?

Nur mit Einschränkung! Die Erfahrung zeigt, dass die Aufhellung oft nicht so intensiv ist und nicht so lange anhält.

Dazu kommt, dass frei verkäufliche Produkte oft keine eindeutige angegebene Zusammensetzung haben und nicht pH-neutral sind. Sparen Sie nicht an der falschen Stelle, es sind Ihre Zähne!

## Was kostet Bleaching beim Zahnarzt?

Nur wenige Hundert Euro. Der Preis hängt ab von der Bleaching-Methode und ob nur ein oder beide Kiefer gebleicht werden sollen.

Rufen Sie uns einfach an. Unsere Mitarbeiterinnen geben Ihnen gerne die gewünschte Auskunft.

## Bezahlt meine Kasse etwas?

Natürlich nicht. Beim Bleaching handelt es sich um eine ästhetische Maßnahme, für die weder gesetzliche noch private Krankenkassen bezahlen.

Es ist Ihre private Investition in mehr Attraktivität und Lebensqualität.

## KONTAKT



Möchten Sie eine individuelle Beratung und Informationen darüber, wie Ihre Zähne aufgehellt werden können? Dann rufen Sie an und vereinbaren Sie Ihren persönlichen Beratungstermin:

**Telefon: 0651/22935**

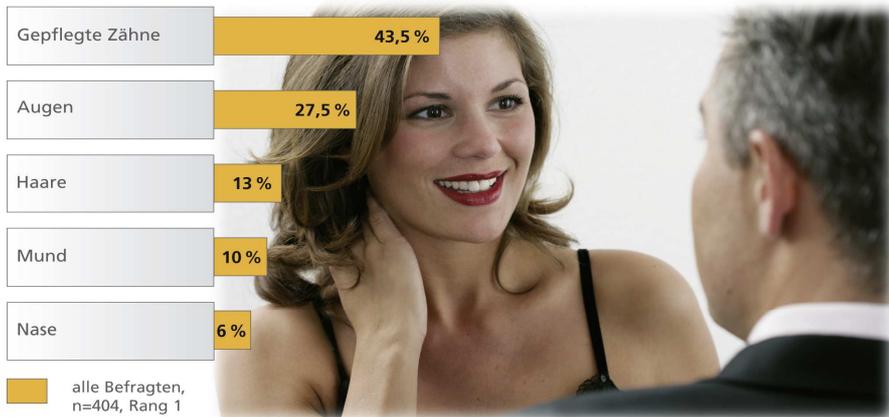
Vielleicht hören Sie schon bald die ersten Komplimente für Ihre weißen Zähne ...

# Umfrage-Ergebnisse

Anziehender als schöne Augen und eine tolle Frisur ...

## Attraktive Merkmale an einem Menschen

Wonach beurteilen Sie die Attraktivität eines Menschen?

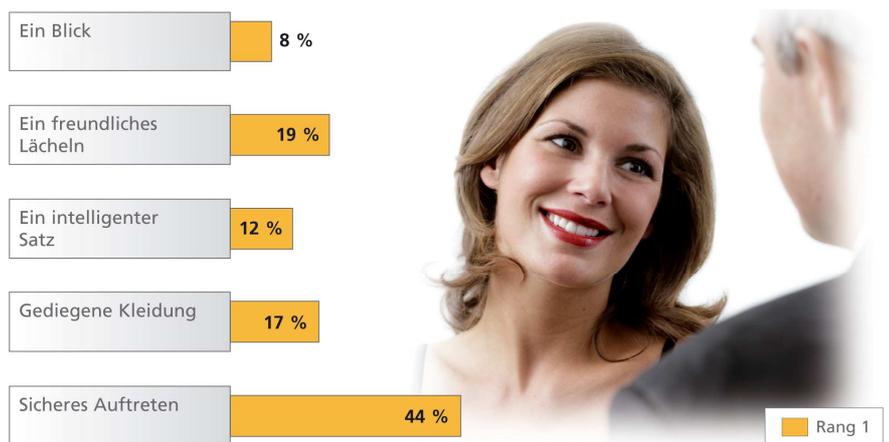


Hätten Sie das gedacht? 43,5 % von 404 Befragten halten gepflegte Zähne für das wichtigste Merkmal bei der Attraktivität eines Menschen. Wichtiger noch als schöne Augen oder eine tolle Frisur!

## Freundliches Lächeln mit weißen Zähnen

### Zähne und Sex-Appeal

Nach dem sicheren Auftreten ist für 19 % aller Befragten ein freundliches Lächeln die am stärksten beeindruckende Art der Kontaktaufnahme zwischen zwei Menschen.



Ein sicheres Auftreten und ein freundliches Lächeln halten die meisten Menschen für die am stärksten beeindruckende Art des Kennenlernens, schöne helle Zähne gehören dazu.

„Lächle und die Welt gehört Dir!“

Chinesisches Sprichwort

## Impressum

Herausgeber dieses Magazins und inhaltlich verantwortlich laut § 55, Abs. 2, RStV:

Dr. Ralf Junk, Zahnarzt  
Hindenburgstr. 8a • D-54290 Trier  
Telefon: 0651/22935 • Fax 0651/24162  
E-Mail: ralfjunk@zahnarzt-praxis-trier.de  
Internet: www.zahnarzt-praxis-trier.de

Gesetzliche Berufsbezeichnung: Zahnarzt

Approbation und Staat der Verleihung der Berufsbezeichnung: Deutschland

Kammerzugehörigkeit: Landes Zahnärztekammer Rheinland-Pfalz, Langenbeckstr. 2, 55131 Mainz

Aufsichtsbehörde: Kassenzahnärztliche Vereinigung Rheinland-Pfalz, Eppichmauergasse 1, 55116 Mainz

Berufsrechtliche Regelungen:

- Zahnheilkundengesetz (BGBI. I 1952, S. 125)
- Gebührenordnung für Zahnärzte 2012
- Heilberufe-Kammergesetz
- Berufsordnung für Zahnärzte (einsehbar unter www.bzaek.de)

Haftungsausschluss: Die Inhalte dieser Broschüre wurden mit großer Sorgfalt erstellt. Für Richtigkeit, Vollständigkeit und Aktualität können wir jedoch keine Gewähr übernehmen. Die Nutzung der Inhalte geschieht auf eigenes Risiko. Jegliche Haftung, insbesondere für eventuelle Schäden oder Konsequenzen, die durch die Nutzung entstehen, ist hiermit ausgeschlossen. Diese Broschüre soll der Information der Leser dienen. Sie ersetzt nicht die fachliche Beratung durch einen Zahnarzt. Gebrauchsnamen, Handelsnamen, Warenbezeichnungen und dergleichen, die in dieser Broschüre ohne besondere Kennzeichnung aufgeführt sind, berechtigen nicht zu der Annahme, dass solche Namen ohne weiteres von jedem benutzt werden dürfen. Vielmehr kann es sich um gesetzlich geschützte Warenzeichen handeln.

Bildquellennachweise:

Die in dieser Broschüre verwendeten Fotos und Grafiken unterliegen dem Urheberrecht der jeweiligen Künstler bzw. deren Repräsentanten. Sie wurden von folgenden Anbietern rechtmäßig erworben:

- Fotolia (Vadim Kukshinov, Yuri Arcurs, Kurhan, James Peragine)
- iStockPhoto (Aleksey, kertlis, Yuri Arcurs, Knape, H-Gall)
- Ultradent Products

Die Infografiken mit den Umfrage-Ergebnissen wurden gratis zur Verfügung gestellt von der Initiative proDente e.V., wofür wir uns an dieser Stelle herzlich bedanken.

Mehr Informationen zum Thema „Weiße Zähne“

[www.zahnaufhellung-trier.de](http://www.zahnaufhellung-trier.de)  
Telefon: 0651 22935

die zahnarztpraxis  
am theater