



## WISSENSWERTES FÜR PATIENTEN

**BEUTINDENTAL**  
Meisterlabor

[www.beutin-dental.de](http://www.beutin-dental.de)

[www.dgaez.de](http://www.dgaez.de)

### THEMA: **BLEACHING – ZÄHNE SCHONEND AUFHELLEN**

Eine Patienten-Information der Deutschen Gesellschaft für Ästhetische Zahnheilkunde e. V.

Die positive Wirkung der Zahnreihen und der Mundpartie hängt im hohen Maße von der Farbe der Zähne ab. Strahlende, helle Zähne lassen das Gesicht jünger und vitaler erscheinen als verfärbte oder gelbliche Zähne. Abfinden muss sich mit Verfärbungen heute niemand mehr. Dank ausgereifter Methoden und Wirkstoffe kann der Zahnarzt einzelne Zähne oder ganze Zahnreihen schonend aufhellen. In der Zahnheilkunde steht dafür der Begriff Bleaching.



#### Wie kommt es überhaupt zu Zahnverfärbungen?

Nahrungs- und Genussmittel, insbesondere Kaffee, Tee, Rotwein oder Tabak, hinterlassen Farbpartikel an den Zahnoberflächen. Ein Teil dieser Partikel dringt im Laufe der Zeit in den Zahnschmelz ein. In der Folge entstehen die typischen gelblich-braunen „Altersverfärbungen“, die selbst durch gründliche Zahnpflege nicht zu entfernen sind.

Darüber hinaus können aber auch manche Medikamente zur dauerhaften Einlagerung von Farbpartikeln im Zahnschmelz führen. Das gilt vor allem für eisen- und nitrathaltige Präparate sowie für Chlorhexidin, ein antibakterieller Wirkstoff, der in manchen Mundspüllösungen enthalten ist.

#### Sind Verfärbungen auch in Folge von Zahnbehandlungen möglich?

Nach einer Wurzelkanalbehandlung neigen Zähne dazu, sich im Laufe der Zeit gräulich zu verfärben. Wenn bei der Behandlung Blutkörperchen aus dem durchbluteten Nerv in den Dentinkern eindringen, sind ähnlich wie nach einem Zahntrauma (Schlagwirkung) auch rötliche Verfärbungen möglich.

#### Wie geht der Zahnarzt beim Zahnbleichen vor?

Das Prinzip des Bleachings beruht darauf, dass die dunklen Farbpigmente mit speziellen carbamid- oder wasserstoffperoxidhaltigen Substanzen aufgehellt werden. Dies funktioniert ähnlich wie das Haarbleichen bzw. Blondieren beim Friseur. Je nach Verfahren können die Zähne dadurch ganz nach Bedarf und Wunsch um zwei bis acht Farbstufen aufgehellt werden. Welches Verfahren der Zahnarzt anwendet, hängt von der Ursache und dem Ausmaß der Verfärbung ab. Grundsätzlich unterscheidet man drei verschiedene Methoden:

- \* die Walking-Bleach-Technik
- \* das Office-Bleaching
- \* das Home-Bleaching



## WISSENSWERTES FÜR PATIENTEN

**BEUTINDENTAL**  
Meisterlabor

[www.beutin-dental.de](http://www.beutin-dental.de)

[www.dgaez.de](http://www.dgaez.de)

### THEMA: BLEACHING – ZÄHNE SCHONEND AUFHELLEN

#### Was passiert bei der Walking-Bleach-Technik?

Die Walking-Bleach-Technik ist eine interne Aufhellungstherapie, die bei Verfärbungen wurzelgefüllter Zähne zum Einsatz kommt. Der Zahnarzt gibt das Bleichmittel in den eröffneten Zahn ein. Bis die gewünschte Aufhellung erreicht ist, vergehen einige Tage. So lange wird der Zahn provisorisch verschlossen.

#### Was bedeutet Office-Bleaching?

Das Office-Bleaching hilft bei Verfärbungen, die von außen in den Zahn eingedrungen sind. Der Bleichvorgang wird, wie der Name bereits vermuten lässt, vollständig in der Zahnarztpraxis durchgeführt. Zu Beginn der Behandlung wird das Zahnfleisch mit einem Spannungsgummituch abgedeckt. Anschließend trägt der Zahnarzt das Bleichmittel äußerlich auf die Zähne auf und lässt es für einige Zeit einwirken. Mit einer speziellen Lampe oder Laserlicht kann die Wirkung gezielt intensiviert werden. Je nach Ausgangssituation und gewünschtem Ergebnis sind eventuell mehrere Durchgänge oder Behandlungssitzungen erforderlich.

#### Wie funktioniert das Home-Bleaching?

Für das Home-Bleaching, ebenfalls eine äußerlich angewandte Behandlung, fertigt der Zahnarzt in der Praxis zunächst eine passgenaue Zahnschiene aus Kunststoff an. Den eigentlichen Bleichvorgang führt der Patient nach genauer Anweisung des Arztes selbstständig durch: Die Zahnschiene wird mit dem Bleichmittel befüllt und je

nach Präparat für eine oder mehrere Stunden getragen. Die Anwendungsdauer beträgt je nach angestrebtem Helligkeitsgrad 2 bis 6 Wochen.

#### Wie steht es mit freiverkäuflichen Mitteln aus dem Drogeriemarkt?

Von „do-it-yourself“-Bleachings ist grundsätzlich abzuraten. Ungenaue Dosierung und schlecht sitzende Universalschienen, aus denen das Bleichmittel beim Einsetzen meist herausquillt, können das Weichgewebe reizen und Entzündungen verursachen. Auch sind die Resultate oft nicht optimal, die Bleichwirkung nur gering.

#### Kann man auch Zahnersatz aufhellen lassen?

Nein, Zahnersatz kann durch keine der verschiedenen Bleaching-Techniken aufgehellt werden. Bei vorhandenen Kronen oder Füllungen im sichtbaren Bereich kann ein Bleaching daher zu farblichen Disharmonien führen. Wer sich trotzdem zu einem Bleaching entschließt, sollte daher gegebenenfalls bereit sein, Füllungen bzw. Zahnersatz – farblich entsprechend angepasst – erneuern zu lassen.

#### Ist das Aufhellen der Zähne wirklich risikolos?

Für die gesunde Mundhöhle stellt das Bleaching kein Risiko dar, vorausgesetzt, die Behandlung wird fachgerecht durchgeführt. Dies belegen inzwischen verschiedene Studien. Das Zahnfleisch muss sorgfältig vor Kontakt



DGÄZ

## WISSENSWERTES FÜR PATIENTEN

**BEUTINDENTAL**  
Meisterlabor

[www.beutin-dental.de](http://www.beutin-dental.de)

[www.dgaez.de](http://www.dgaez.de)

### THEMA:

## BLEACHING – ZÄHNE SCHONEND AUFHELLEN

mit dem Bleichmittel geschützt und die Vorgehensweise individuell auf die Problematik abgestimmt werden.

### Welche Voraussetzungen müssen vor einem Bleaching erfüllt sein?

Wie vor jeder anderen Behandlung erfolgt auch vor einem Bleaching zunächst eine professionelle Zahnreinigung. Denn erst wenn alle Ablagerungen von den Zahnoberflächen entfernt sind, kann der Zahnarzt die Art und den Umfang der Verfärbungen bestimmen und gemeinsam mit dem Patienten festlegen, welche Nuance durch das Bleaching erreicht werden soll. Zudem müssen die Zähne und das Zahnfleisch natürlich völlig gesund sein. Bereits ein kleiner unbehandelter Kariesschaden oder eine defekte Füllung kann zur Folge haben, dass die Bleichsubstanz unkontrolliert in den Zahn eindringt und weitere Schäden entstehen.

### Kann es auch Nebenwirkungen beim Bleaching geben?

Durch die Behandlung kann es vorübergehend zu einer erhöhten Empfindlichkeit der Zahnhäse kommen. Ein Fluorid-Gel aus der Apotheke schafft hier meist schnell Abhilfe. Beim Home-Bleaching muss eventuell die Tragedauer der Zahnschiene verkürzt werden. In jedem Fall sollte der Zahnarzt zu Rate gezogen werden.

### Worauf sollte man nach dem Bleaching achten?

Um den Behandlungserfolg nicht zu beeinträchtigen, raten Zahnärzte zur so genannten Bleaching-Diät. Das bedeutet, dass man in den ersten 24 Stunden nach einem Office-Bleaching auf die typischen, zu Verfärbungen

führenden Nahrungs- und Genussmittel wie Kaffee, Tee oder Rotwein verzichten sollte. Gleiches gilt für säurehaltige Nahrungsmittel, wie Orangensaft, die den Zahn zusätzlich belasten, indem sie Mineralien aus der Hartsubstanz lösen. Bei einem Home-Bleaching ist über die gesamte Behandlungsdauer Vorsicht angebracht und der Konsum der o. g. Produkte weitestgehend zu reduzieren.

**Wie lange hält das Resultat?** Die Haltbarkeit des Bleaching-Effektes ist je nach angewandtem Verfahren und individuellem Konsumverhalten unterschiedlich. Bei regelmäßiger professioneller Zahnreinigung kann die Zahnfarbe im Idealfall bis zu mehreren Jahren halten. Unter ungünstigen Voraussetzungen – z. B. durch starkes Rauchen – können die Zähne aber auch schon nach einigen Monaten wieder nachdunkeln. Aus medizinischer Sicht spricht allerdings nichts dagegen, die Behandlung zu wiederholen.

### Wer führt das Bleaching qualifiziert durch?

Eine Bleaching-Therapie kann von jedem Zahnarzt vorgenommen werden, der sich mit den Therapieformen des Bleachings vertraut gemacht hat und über entsprechende Erfahrung verfügt.