



ZAHNARZTPRAXIS  
DR. KATRIN JOHN

Stand 10/2022

## ZAHNAUFHELLUNG HOME-BLEACHING

**Versicherter:** \_\_\_\_\_ geboren am: \_\_\_\_\_

Bitte lesen Sie unsere kleine Broschüre sorgfältig durch und befolgen Sie unsere Empfehlungen, um den Erfolg des Zähne-Bleichens nicht zu gefährden.

### Was ist vor der Zahnaufhellung zu beachten?

Der Zahnaufhellung sollten eine professionelle Zahnreinigung sowie eine zahnärztliche Kontrolle vorausgehen. Eine gründliche Politur der Zahnoberfläche ist notwendig, um alle auf der Zahnoberfläche vorhandenen Anlagerungen bzw. Verfärbungen durch Nahrungs- und Genussmittel zu entfernen. Vor Beginn des Bleichens sind eventuell undichte Füllungen auszutauschen. Bitte beachten Sie, dass nach erfolgreicher Zahnaufhellung unter Umständen eine Erneuerung von Füllungen, Kronen bzw. Brücken notwendig sein kann.

Zwei Wochen VOR Beginn des Bleichens bis zum Ende sollte auf Zahnpasten verzichtet werden, welche AMIN(!)-Flourid enthalten. Andere Flouride sind durchaus gestattet.

### Wie sind die Bleichschienen anzuwenden?

Sie haben eine bzw. zwei individuell angefertigte Zahnschienen und entsprechend 2-4 Tuben Bleichgel erhalten.

Tragen Sie die Schienen vorzugsweise nachts; idealerweise 6 Stunden. Um das Fremdkörpergefühl zu reduzieren und den Bleichvorgang besser verfolgen zu können, bietet sich zunächst das Bleichen nur eines Kiefers an.

### Anwendung:

1. Reinigen Sie die Zähne wie gewohnt mit Zahnbürste und Zahnseide/ Interdentalbürstchen.
2. Geben Sie eine kleine Menge Gel in jeden zur Lippe zeigenden Bereich der Schiene, den ein aufzuhellender Zahn einnehmen wird. Große Front- und obere Eckzähne benötigen etwas mehr Gel, die Unterkiefer-Frontzähne etwas weniger. In der Regel reicht  $\frac{1}{4}$  der Tube für 10 Zähne je Anwendung.
3. Setzen Sie die aufgefüllte Schiene ein. Die Zähne sollten an ihrer Außenseite beinahe vollständig von Gel bedeckt sein. Überschüssiges Gel ist mit einem Wattestäbchen zu entfernen. Die aufhellende Wirkung einer Bleichtherapie kommt durch Peroxide aus dem Bleichmittel zustande, die in die Zahnhartsubstanz diffundieren und dort durch chemische Prozesse eine Änderung der Zahnfarbe bewirken. Das Zahnfleisch sollte möglichst wenig Kontakt zum Gel haben, um (vorübergehende) Unannehmlichkeiten wie Brennen oder eine weißliche Verfärbung zu vermeiden.
4. Möglicherweise bemerken Sie während des Tragens eine „Blasenbildung“ in den Schienen; diese ist unbedenklich und gehört zum Aufhellungsprozess.



ZAHNARZTPRAXIS  
DR. KATRIN JOHN

5. Spülen Sie die Schienen nach dem Tragen mit kaltem Wasser aus und entfernen Sie restliches Gel mit einer Zahnbürste. Lagern Sie die Schienen an einem kühlen und trockenen Ort.
6. Spülen und bürsten Sie die Zähne, um Gelrückstände zu entfernen. Eine nun häufiger zu beobachtende Überempfindlichkeit Ihrer Zähne ist absolut unbedenklich und von vorübergehender Dauer.
7. Nach Abschluss der Zahnaufhellung sollten Sie uns für eine Intensivfluoridierung aufsuchen.

Die Behandlung nimmt in der Regel ca. 8 Anwendungen in Anspruch und sollte für einen schnellen Erfolg möglichst nicht unterbrochen werden. Wenn Sie ein oder zwei Nächte aussetzen, verlängert sich die Behandlungsdauer entsprechend.

In seltenen Fällen ist eine Zahnaufhellung nicht in dem angestrebten Maße zu erreichen. Neue Füllungen oder Zahnersatz sollten erst drei Wochen nach Abschluss des Bleichens in Angriff genommen werden.

Falls Sie Fragen haben oder erhebliche Beschwerden an Zahn oder Zahnfleisch auftreten sollten, brechen Sie die Behandlung ab und wenden Sie sich an uns.

Als „Nottherapie“ sollten Sie bei einer starken Überempfindlichkeit viel trinken und Kaliumnitrat (erhältlich in unserer Praxis) 30 Minuten einwirken lassen.

### **Was ist nach der Zahnaufhellung zu beachten?**

Um das Weiß Ihrer Zähne so lange wie möglich zu erhalten, empfiehlt es sich, Substanzen wie Kaffee, Tee, Rotwein und Tabak bis zur Intensivfluoridierung in der Praxis zu meiden; gleiches gilt für farbbintensive Lebensmittel wie Tomatensoße, Curry, Safran etc. Eine effektive Zahn- und Mundhygiene, begleitet durch eine regelmäßige professionelle Zahnreinigung kann nicht nur Zahn- und Zahnbettschäden vermeiden, sondern hilft gleichzeitig, äußere und innere Zahnverfärbungen zu verhindern oder zu minimieren.

### **Erklärung des Versicherten:**

Hiermit erkläre ich, den Inhalt des Schreibens verstanden zu haben. Ebenso erkläre ich mich mit den Kosten einverstanden.

1 Kiefer \_\_\_\_\_ €

2 Kiefer \_\_\_\_\_ €

Es liegt ein Schüler- /Azubi-/Studentennachweis vor.

Dreieich, den \_\_\_\_\_

Dreieich, den \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
Unterschrift Zahnarzt

\_\_\_\_\_  
Unterschrift des Zahlungspflichtigen/  
Erziehungsberechtigten