

WIE HELLE ICH MEINE ZÄHNE AUF?

Es gibt zwei Arten von Zahnverfärbungen. Eine stammt aus dem Inneren des Zahnes, wogegen die andere außen auf dem Zahn sitzt.

Die äußerlichen Verfärbungen befinden sich auf der Zahnoberfläche. Sie können durch Tabak, Zahnstein sowie durch Speisen und Getränke mit Farbstoffen hervorgerufen werden. Einige Getränke, die zu Verfärbungen führen, sind Kaffee, Tee, Rotwein und dunkel gefärbte Limonaden.



Äußere Verfärbungen

Verfärbungen im Zahninneren sitzen unterhalb der Oberfläche Ihrer Zähne. Sie können durch den natürlichen Alterungsprozess, übermäßige Fluoridzufuhr sowie bestimmte Arzneimittel entstehen.



Innere Verfärbungen

Im Handel erhältliche Zahnweißer für den Hausgebrauch

- **Zahnweißstreifen**, um innere Verfärbungen loszuwerden. Diese Streifen bleiben an den Zähnen haften und ermöglichen es einem aufhellenden Wirkstoff, in den Zahn einzudringen.



- Platzieren Sie die Zahnweißstreifen am oberen und unteren Rand des Zahns
- Tragen Sie die Streifen bis zu 30 Minuten lang oder so lange wie auf der Verpackung angegeben
- Eine **aufhellende Zahnpasta** kann bei häufiger Anwendung Oberflächenverfärbungen entfernen. Jedes Putzen mit einer aufhellenden Zahnpasta beugt durch Speisen, Getränke, Tabak oder Zahnbelag hervorgerufenen Verfärbungen vor.

WIE HELLE ICH MEINE ZÄHNE AUF?

Professionelle Aufhellung beim Zahnarzt

Ihre Zahnarztpraxis kann Ihnen gute ambulante Möglichkeiten zur Zahnaufhellung bieten. Diese umfassen **Gele** und **Zahnweißlichter**.

Die Gele enthalten einen hohen Peroxidanteil, der die Zähne durchdringt, und schwächt so die Verfärbung ab. Sprechen Sie mit Ihrer Zahnärztin bzw. Ihrem Zahnarzt, um mehr über ambulante Zahnaufhellungsmöglichkeiten in Erfahrung zu bringen.



- Das Zahnweißgel wird auf Ihre Vorderzähne aufgetragen
- Dort verbleibt es 15 bis 20 Minuten und wird anschließend abgewaschen

Von Ihrer Zahnärztin / Ihrem Zahnarzt zu verordnende häusliche Behandlungen

Mit Erzeugnissen, die Ihnen von Ihrer Zahnarztpraxis verordnet wurden, können sich Ihr Lächeln zu Hause auch selbst aufhellen.

Ihre Zahnärztin / Ihr Zahnarzt nimmt einen Abdruck von Ihren Zähnen und gibt Ihnen später eine speziell für Sie angefertigte durchsichtige Kunststoffschiene. Zu Hause füllen Sie die maßgefertigte Schiene mit Zahnweißgel. Dieses Gel bleibt mindestens eine Stunde lang auf Ihren Zähnen.



- Füllen Sie das Zahnweißgel in Ihre maßgefertigte Schiene
- Tragen Sie die Schiene mindestens 1 Stunde lang

Kurzinformationen zur Vermeidung von Verfärbungen

- Putzen Sie Ihre Zähne zweimal täglich und verwenden Sie genauso oft Zahnseide, um die Bildung von Zahnbelag und Zahnstein zu vermeiden, sowie um Verfärbungen auf der Zahnoberfläche zu entfernen.
- Halten Sie sich bei dunklen Speisen und Getränken wie Beeren, Kaffee, Tee und Rotwein zurück.
- Vermeiden Sie das Rauchen oder Kauen von Tabak.
- Verwenden Sie Erzeugnisse zum Aufhellen wie etwa aufhellende Zahnpasten und Zahnweißstreifen.
- Suchen Sie Ihre Zahnarztpraxis halbjährlich zu einer regelmäßigen professionellen Zahnreinigung auf.

Weitere Informationen zum Aufhellen der Zähne erhalten Sie bei Ihrem Zahnarzt oder auf <http://www.oralb.com>.