

Homebleaching

Vorher

- Zahnärztliche Kontrolle (Ausschluss von Karies, undichten Füllungen und freiliegende Zahnhälse)
- Zahnreinigung durch DH /PA



Während

- Zähne reinigen wie gewohnt
- 1 Tropfen (Stecknadelkopf-gross) Bleichmittel pro Zahn in die Schiene geben
- Schiene einsetzen, überquellendes Material mit Finger oder weicher Zahnbürste entfernen
- Schiene über Nacht tragen, allenfalls anfangs nur 1-3 Stunden zur Angewöhnung
- Anwendung 1-2 Wochen, bis das gewünschte Resultat erreicht ist
- Morgens nach Entfernen der Schiene, Schiene ausspülen, Paro Gelée in Schiene geben und 10 min tragen, frühstücken, gewohnte Mundhygiene

Gut zu wissen

- Alte Füllungen und Kronen werden nicht aufgehellt.
- Nach Möglichkeit keine verfärbenden Nahrungsmittel einnehmen wie Rotwein, Kaffee, Schwarztee, Beeren, Tomatensauce, Curry...
- Ganz wichtig: NICHT RAUCHEN, einerseits wegen der Verfärbungen, andererseits wegen der Schleimhäute
- Morgens beim Entfernen der Schiene, sind die Zähne stark ausgetrocknet und wirken viel weisser. Wenige Stunden später sind die Zähne wieder «befeuchtet» und «dunkeln» nach, bzw. zeigen ihre wirkliche Farbe (auch ein Stein im Wasser zeigt die schönere Farbe, als in ausgetrockneter Version)
- Zähne können auf die Bleichmittel mit Empfindlichkeiten reagieren, setzen Sie ein oder zwei Tage mit dem Bleichen aus, bevor Sie weiterfahren

Danach:

- Mindestens 2 Monate warten, bevor zahnfarbige Füllungen gemacht werden (Farbstabilisation)
- Es gibt Zähne, die nicht oder nur schwach auf das Bleichen reagieren oder nach kurzer Zeit wieder die alte Farbe aufweisen
- Bleichen mit Schiene kann jederzeit wiederholt werden.
- Wir empfehlen allerdings Pausen von 6 Monaten. Ein permanentes lebenslanges all-6monatiges Bleichen ist allerdings auch nicht empfehlenswert.