



## Wie Zähne wieder weiß werden

*Wie Zähne wieder weiß werden*

Auch Zähne altern und werden im Laufe des Lebens dunkler. Ablagerungen von Genussmitteln wie Zigaretten und Kaffee verdunkeln die Zähne zusätzlich. Doch Zähne sind selten von Natur aus weiß. Denn die individuelle Zahnfarbe ist sehr unterschiedlich. Die Zahnfarbe hängt auch von der Struktur der Zähne ab. Ebenso wird beim Knirschen Zahnschmelz abgenutzt und es kommt in der Folge zu Farbveränderungen. Gleiches gilt bei der Einwirkung von Säure. Dadurch werden die tiefer liegenden gelblichen Schichten des Zahnbeins sichtbar. Hinzukommen Verfärbungen, die durch Ablagerungen auf der Zahnoberfläche entstehen. Dies geschieht beispielsweise durch die bereits erwähnten Genussmittel. Zudem haben manche Medikamente wie Antibiotika Auswirkungen auf die Zahnfarbe.

Doch ganz gleich welche Zahnfarbe Patienten naturgegeben haben, Zähne lassen sich wieder heller bekommen. Elementar ist eine entsprechende Mundhygiene und Zahnpflege. Dabei ist nicht unbedingt die Art der Zahnpasta für den Erfolg entscheidend, wichtig ist nur, dass diese Fluorid enthält, sondern auf die Technik kommt es an. "Es wichtig, dass die Zahnbürste im 45-Grad-Winkel am Zahnfleischrand angesetzt wird und anschließend mit leichtem Druck in Richtung Zähne ausgestrichen wird", erläutert Daniel Abramov, Zahnarzt in Berlin-Lichtenberg. Denn am Zahnfleischrand sammeln sich die meisten Speisereste und Bakterien an. Sehr wichtig ist auch die Reinigung der Zwischenräume mittels Zahnseide oder Zahnzwischenraumbürstchen. Denn dieser sensible Bereich kann mit der Zahnbürste nicht erreicht werden.

Erst PZR, dann Bleaching

Neben der elementaren und unverzichtbaren Mundhygiene ist die Professionelle Zahnreinigung (PZR) eine Möglichkeit, die Zähne einer Aufhellung zu unterziehen. Denn bei dieser Intensivreinigung werden entstandene äußerliche Verfärbungen und Ablagerungen gründlich entfernt. Eine sehr effektive Methode der Zahnaufhellung ist das Bleaching, dem in aller Regel eine PZR vorausgeht. Beim In-Office-Bleaching verwendet der Zahnarzt hochkonzentrierte Bleichmittel, welche dann deshalb auch den gewünschten Effekt bringen. Zahnaufhellungsmittel aus der Drogerie oder spezielle "Weißmacher-Zahnpasten" können auch einen Effekt bringen, wenngleich aufgrund der geringeren Konzentration einen abgeschwächteren als beim Bleaching. Doch nicht alles, was in der Werbung weißere Zähne verspricht, bringt auch einen nachweislichen Effekt. Patienten sollten sich daher beim Zahnarzt immer umgehend beraten lassen.

## Pressekontakt

P4 Die Zahnärzte

Herr Daniel Abramov  
Prerower Platz 4  
13051 Berlin

p4-zahnärzte.de  
info@p4-zahnärzte.de

## Firmenkontakt

P4 Die Zahnärzte

Herr Daniel Abramov  
Prerower Platz 4  
13051 Berlin

p4-zahnärzte.de  
info@p4-zahnärzte.de

Für uns stehen Sie als Mensch im Mittelpunkt, mit Ihren persönlichen Wünschen und Sorgen. Daher legen wir Wert auf ausführliche individuelle Beratung, die Sie in die Lage versetzt, gemeinsam mit uns die optimalen Entscheidungen für Ihr Behandlungsziel zu treffen. Mit modernsten, hocheffizienten Verfahren und unserer langjährigen Erfahrung sorgen wir für möglichst schonende Diagnostik und Behandlungen. So werden die Unannehmlichkeiten für Sie minimiert - damit Sie sich bei uns wohlfühlen.

Wir bieten Ihnen alle Dienstleistungen der allgemeinen Zahnmedizin, zudem sind die ästhetische Zahnmedizin und MKG-Chirurgie Schwerpunkte unserer Praxis.