



Eine gründliche Pflege jeden Tag lässt Zähne strahlen

Abgebrochene Zähne, Zahnfehlstellungen oder Lücken können **Keramik-Veneers** korrigieren. Die Verblendschalen, die rund 0,3 Millimeter dick sind, werden mit einem Spezialkleber aufgesetzt. Dazu müssen die Zähne **nur minimal beschliffen** werden. „Für eine lange Haltbarkeit sind sorgsame Pflege und regelmäßige Kontrolle beim Zahnarzt wichtig“, so Sontheimer.

Ein gerades Gebiss ohne herkömmliche Zahnspange zaubern **Brackets**, die auf die Zähne geklebt werden. Ein **leichter Drahtbogen** verbindet die Metallplättchen, die es auch in transparenter Form gibt, und **übt Druck aus**. Regelmäßiges Spannen des Drahtes bringt die Zähne langsam in ihre Idealstellung. „Früher hinterließen Brackets oft hässliche Flecken auf dem Zahnschmelz. Durch eine **Versiegelung der Zahnoberfläche** mit Hilfe einer Schutzschicht aus Kunststoff, die gleichzeitig Fluor abgibt, schützen wir heute die Zähne“, erläutert Dr. Achim Nesselrath, Fachzahnarzt für Kieferorthopädie in Ratingen.

Brackets, Veneers und Bleaching

Schönheit für die Zähne



Die Metallplättchen (Brackets) gibt es auch dezent und durchsichtig

eine **professionelle Zahnreinigung vorausgehen**, da die Zähne absolut belagfrei sein müssen. In manchen Fällen genügt bereits dies, um die Zähne wieder heller strahlen zu lassen.

Beim **Home-Bleaching** fertigt der Zahnarzt Schienen aus Kunststoff an, die der Patient dann zu Hause mit Bleichgel füllen und an mehreren Tagen stundenweise tragen kann. „Noch einfacher ist das **In-Office-Bleaching** beim Zahnarzt“, erklärt Dr. Manfred Sontheimer, Zahnarzt im bayerischen Issing bei Landsberg. „Schon eine Stunde reicht aus, um die Zähne **mit Hilfe einer Lichtquelle**, zum Beispiel **Laserlicht**, zu bleichen. In der Regel kön-

nen gesunde Zähne so **mehrere Nuancen aufgehellt** werden.“ Doch Vorsicht bei der Tonwahl: Blendend weiße Zähne passen nicht in ein gebräuntes, wettergegerbtes Gesicht.



Wollen Sie Ihre Zähne „bleachen“? Vorsicht: Das Aufhellen sollte nur unter zahnärztlicher Aufsicht erfolgen

Ein strahlendes Lächeln erfordert jeden Tag gründliche Pflege. Stören trotzdem **hässliche Verfärbungen**, etwa durch Tee, Kaffee oder Nikotin, können die Zähne gebleicht werden. Voraussetzung: keine kariösen Defekte oder Zahnstein. Auf jeden Fall sollte aber