



Von ihren Zähnen sind wir hellauf begeistert: Hollywood-Star Eva Mendes

beauty **service**

Eva Mendes hat wirklich gut lachen. Strahlend weiße Zähne, aufgereiht wie Perlen an einer Kette. Allerdings haben nicht alle Filmstars von Natur aus eine derart blendende Zahnreihe. In einem filmreifen Lachen steckt oft eine ganze Menge Arbeit. Und zwar vom Zahnarzt. „Die moderne Zahnmedizin kann die Zähne wie nie zuvor verschönern“, sagt Dr. Alexander Berstein von der Zahnklinik Dentalästhetica in Düsseldorf. „Und zwar ohne tief greifende Eingriffe.“ InStyle hat bei ihm nachgefragt, was möglich ist, damit aus einem leicht verschämten Schmunzeln wieder ein offenes Lachen werden kann.

Verblenden Die schärfste Waffe des Zahnarzts im Kampf gegen den Gilb: Verblendschalen, sogenannte Veneers. Sie korrigieren einzelne, schief stehende, lückenhafte oder verfärbte Zähne. Neu ist das „Orthoveneering“. Bei dieser Methode werden nicht nur einzelne Zähne versorgt, sondern gleich eine ganze Zahnreihe. „Der Patient, gleich welchen Alters, kann sich sowohl die Farbe als auch die Form seiner Zähne aussuchen“, erklärt Dr. Berstein. Zuerst werden die Zähne, wenn nötig, minimal abgeschliffen. Danach fertigt der Arzt Abdrücke an, von denen das zahntechnische Labor eine passende Verblendschale anfertigt und mit Keramik beschichtet. ▶

STEILER ZAHN

Je weißer die Zähne, desto lustiger wird das Leben. Das kann der Zahnarzt tun ...

FOTO: INTERTOPICS

beauty **service**

Zahnsachen

1 „Oral-B Triumph mit SmartGuide“, elektrische Zahnbürste von Braun, ca. 170 € 2 „Interdental-Starterset“ von Dr. Best, ca. 4 € 3 „Sensodyne Dentalweiss“ von GlaxoSmithKline, ca. 4 € 4 „Satin Floss“, Zahnseide von Oral-B, ca. 4 € 5 „Pearls & Dents“ von Dr. Liebe, ca. 7 € 6 „Meridol Mundspül-Lösung“ von Gaba, ca. 8 € 7 „Elmex Gelée“ von Gaba, ca. 6 €



▶ Bei der ersten Anprobe prüft der Zahnarzt den Sitz und korrigiert gegebenenfalls die Farbe. In der dritten Sitzung werden die Veneers mit Dentalkleber fixiert. „Die Verbindung mit der Zahnoberfläche ist absolut dicht und fest, sodass unter den Schalen keine Karies entstehen kann“, sagt Berstein. Die Kosten pro Kiefer: ca. 2.500 €.

Bleichen Vor dem Bleichen muss der Zahnarzt die Zähne gründlich untersuchen. „Manchmal genügt schon eine gründliche Reinigung“, sagt Alexander Berstein. „Allerdings kann nicht jeder zum perfekten Strahler werden, denn die Zähne und das Zahnfleisch müssen gesund sein. Das Bleichmittel kann sonst reizen.“ Was man auch wissen muss: Das Bleichmittel hellt nur die Zähne auf – Füllungen, Kronen und Brücken behalten ihre Farbe. Das Mittel setzt im Zahn Sauerstoff frei, der gefärbte Moleküle spaltet. Diese Reaktion entzieht den Zähnen aber gleichzeitig Wasser, weshalb sie für einige Zeit überempfindlich werden können. Legt man eine Skala von 1 bis 10 zugrunde, kann der Arzt die Zähne um 8 Nuancen aufhellen. Kosten: 300 bis 500 €.

Aufhellen Für die Zahnaufhellung zu Hause gibt es eine ganze Reihe von Produkten. Zahnpasten (etwa „Pearls & Dents“ oder „Rembrandt“), Whitening Strips („Rembrandt“ oder von blendamed) und Bleichstifte (beispielsweise von „White & Go“). „Beim Bleichen zu Hause kann man die Zähne um zwei bis drei Farbnuancen aufhellen“, erläutert Zahnarzt Berstein. Für welches Produkt man sich auch entscheidet, wichtig ist, dass man vorher genau die Gebrauchsanweisung studiert und sich auch daran hält. Neu auf dem Markt ist eine semiprofessionelle Behandlung: Der Zahnarzt fertigt für die Zähne eine passende Schiene an, man selbst führt die Behandlung dann zu Hause durch. Dazu erhält man vom Zahnarzt ein Bleichgel. Das gibt man in die Schiene, die dann etwa zwei Wochen lang nachts getragen wird. Diese Variante des Bleichens kostet 300 bis 600 €.

Pflegen Morgens, abends, nach dem Essen, Zähneputzen nicht vergessen. Denn ein sauberer Zahn kennt keine Karies. Das Werkzeug dazu: Eine Zahnpasta mit Fluorid und sanften Reinigungszusätzen. Wenn die zwischen den Zähnen

knirscht, ist sie nur zum gelegentlichen Entfernen von Verfärbungen durch Kaffee und Tee geeignet, aber nicht zum täglichen Putzen. Der Kopf der Bürste sollte etwa so groß wie zwei Backenzähne sein. Abgerundete Borsten sind selbstverständlich, damit das Zahnfleisch nicht verletzt wird. Und dreimal wöchentlich sollte man mit einer Zahnseide die Zwischenräume reinigen. Für Einsteiger ist gewachste Seide besser, da sie leichter rutscht. Wer Übung hat, sollte ungewachste Seide vorziehen: Sie reinigt noch gründlicher. □

Vorsicht, Farbe!

So hält man eine „weiße Diät“:

■ **Cola** kann gebleichte Zähne wieder einfärben. Fruchtsaftgetränke wie „Hohes C Naturelle“ sind besser

■ **Schwarzen Tee** ebenfalls meiden. Besser sind helle Sorten wie grüner oder Kamillentee

■ **Rotwein** durch Rosé, Weißwein oder Champagner ersetzen

■ **Sellerie und Gurken** als Rohkost bekämpfen Zahnbelag