

# Weißer wär' schöner!

## Zahnarzt-Tipps zur Zahnweiß-Pflege

Keine Frage – im Frühling spielt gut auszusehen und sich wohlzufühlen eine besondere Rolle. Doch der persönliche „Frühjahrsputz“ erfolgt am besten nicht nur mit intensiver Hautpflege. Dr. Jörn Thiemer, Zahnarzt aus Bochum empfiehlt: „Tun Sie alles, damit Sie gerne lächeln.“

Denn Lächeln macht gute Laune, Lachen soll sogar das Leben verlängern. Beim Projekt Lächeln lohnt der Gang zum Zahnarzt. Er kontrolliert nicht nur Zähne und Zahnfleisch – die regelmäßige Zahnsteinentfernung sorgt für eine gepflegte, lächelfreund-

Wer sich direkt auch von störenden Verfärbungen



klären, was wirklich gewünscht ist: Ästhetik-Sprechstunde in der Praxis Thiemer und Heermann.  
Foto: Praxis Thiemer

trennen möchte, der sollte sich für eine professionelle Zahnreinigung entscheiden. Speziell ausgebildete Prophylaxe-Spezialistinnen reinigen die Zähne gründlich – auch in den Zahnzwischenräumen

– und polieren sie „spiegelglatt“. Dadurch haben Beläge und Bakterien für längere Zeit keine Chance.

„Diese Prophylaxe wird nicht von der Kasse übernommen. Sie trägt aber nicht nur

zum Wohlbefinden und guten Aussehen bei, sie ist zugleich aktive Vorbeugung gegen Zahnfleischentzündungen“, erläutert Zahnarzt Dr. Jan Heermann.

Nicht jeder ist mit seiner Zahnfarbe glücklich. Dagegen unternehmen immer mehr Menschen etwas – nicht nur Showgrößen, sondern ganz normale Menschen, die sich mit einer helleren Zahnfarbe wohler fühlen. „Bleaching ist heute weiter verbreitet als man denkt“, erläutert Dr. Jörn Thiemer. „Allerdings sollte man abwägen, ob man ein Internetprodukt bestellt oder beim Zahnarzt exakt das Ergebnis erhält, das besprochen ist.“

Kronen lassen sich nicht aufhellen. „Hier können wir aber mit hauchdünnen Verblendschalen, den Lumineers helfen.“