

## Thuis bleken onder begeleiding van de tandarts of mondhygiënist

Thuis bleken is met name geschikt voor te gele of verkleurde tanden, bijvoorbeeld als gevolg van het verouderingsproces. Deze manier van bleken kan alleen bij egale, niet te ernstige verkleuringen. Uw tandarts maakt een goed passende 'bleeklepel' van een zachte doorzichtige kunststof. In de bleeklepel brengt u een gel aan met een blekende werking. Draag deze lepel ten minste twee weken enkele uren per dag. U krijgt de bleeklepel en de gel van de tandarts mee naar huis. Daarom wordt deze methode ook wel thuis bleken genoemd. Afhankelijk van de verkleuring ziet u na enkele dagen of weken resultaat.



Tijdens het gebruik van de bleeklepel kunnen uw tanden en tandvlees tijdelijk gevoelig worden. Raadpleeg uw tandarts als deze klacht optreedt.

*U krijgt de doorzichtige bleeklepel en de gel met blekende werking mee naar huis*

In de periode dat u uw tanden met de bleeklepel bleekt, kunnen bepaalde etenswaren en dranken het resultaat nadelig beïnvloeden. Voorbeelden daarvan zijn koffie, thee, rode wijn, koolzuurhoudende frisdranken, citrusvruchtensap en kleurstof bevattende etenswaren (zoals vruchtenjam). Tijdens de behandeling is het nuttigen van deze producten sterk af te raden.

## Vragen en antwoorden over bleken

### Hoe lang duurt een behandeling?

Hoe lang het bleken duurt, hangt af van de soort behandeling. Meestal duurt het twee weken voordat u resultaat bereikt.

### Welk resultaat kan ik bereiken?

Een optimaal resultaat is niet altijd haalbaar. Het resultaat dat u bereikt met behulp van het bleken is meestal niet blijvend. Een paar jaar na het bleken, komt de verkleuring vaak weer terug, omdat het tandbeen verandert en het glazuur weer kleurstoffen opneemt. Hierdoor verkleuren ze uw gebleekte tanden opnieuw. Dit proces gaat sneller als u rookt of bepaalde voedingsstoffen veel gebruikt. Het effect van lang-

durig of herhaald bleken op het tandweefsel is nog niet helemaal bekend. Bleek uw tanden daarom onder toezicht en controle van uw tandarts of mondhygiënist.



Voor het bleken



Na het bleken (en repareren)

### Beïnvloedt roken het bleekresultaat?

Roken is een oorzaak van verkleuringen en beïnvloedt het bleekresultaat nadelig, vooral in de periode dat gebleekt wordt.

### Worden mijn tanden witter als ik whitening tandpasta's gebruik?

De werking van tandpasta's die uw tanden witter maken is wetenschappelijk niet aangetoond. De tandpasta's bevatten soms extra schuurmiddel, waarmee ze uw tandweefsel en vullingen bovenmatig laten slijten. Door het wegslijten van het glazuur wordt de tandkleur juist donkerder.

Heeft u nog vragen? Neem dan contact op met uw tandarts of mondhygiënist.

Dit vouwblad is samengesteld door de Redactieraad van het Ivoren Kruis met aanbevelingen van het Adviescollege Preventie Mond- en Tandziekten. Doel van de Vereniging Ivoren Kruis is het bevorderen van mondgezondheid. Circa 4000 tandartsen en mondhygiënist zijn lid van deze vereniging. Meer weten? [www.ivorenkruis.nl](http://www.ivorenkruis.nl)

© Ivoren Kruis / 2008

# Verkleurde tanden

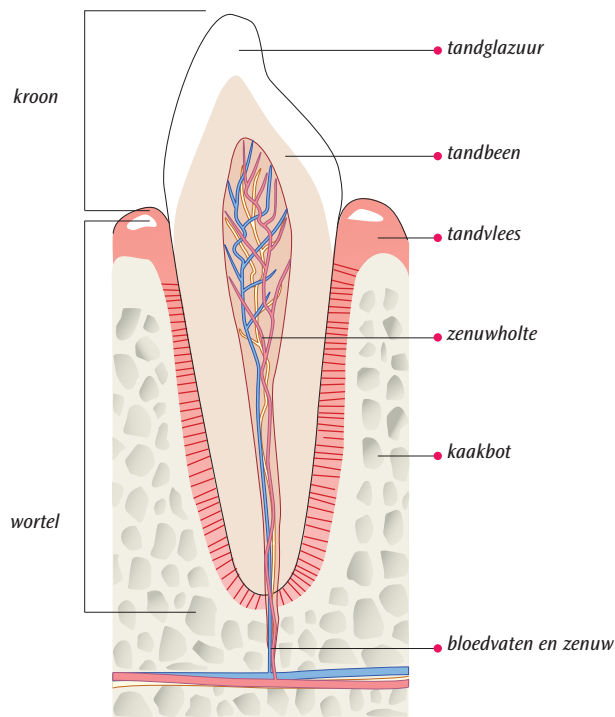


## Verkleurde tanden en kiezen

De kleur van tanden en kiezen\* is bij iedereen verschillend. De een heeft van nature witte tanden. Bij de ander zijn ze iets geler. Tand hebben sowieso niet allemaal dezelfde kleur. Soms wijkt de kleur van een enkele tand sterk af van de overige tanden.

\* In deze folder spreken we kortweg over verkleurde tanden.

Tanden zijn opgebouwd uit tandbeen en glazuur. De kleur van het tandbeen en de dikte van het glazuur bepalen voornamelijk de kleur van de tand. De oorspronkelijke kleur van het tandbeen is erfelijk bepaald. Het glazuur van tanden en kiezen is nagevoeg doorzichtig. De hoektanden hebben een dikkere laag tandbeen dan de overige tanden. Daarom zijn ze vaak geler.



Tanden en kiezen kunnen verkleuren door veranderingen aan het tand- of kiesoppervlak (uitwendige verkleuringen) en veranderingen in het tandbeen en glazuur (inwendige verkleuringen).

## Hoe ontstaan uitwendige verkleuringen?

Uitwendige verkleuringen ontstaan doordat kleurstoffen uit voedings- en genotmiddelen in de tandplak (het wit-gelige laagje op tanden en kiezen) dringen. Dit gebeurt onder andere door het drinken van koffie, thee en rode wijn. Ook roken is een oorzaak van verkleuringen.

## Kan de tandarts uitwendige verkleuringen behandelen?

De tandarts of mondhygiënist kan de aanslag alleen verwijderen door de tanden te polijsten.

## Hoe ontstaan inwendige verkleuringen?

Inwendige verkleuringen ontstaan door:

1. Een val of een harde klap op de tand. Uw tand kan geel, grijs of blauw verkleuren. Dat wordt een 'dode' tand genoemd. Het afsterven van uw tandzenuw veroorzaakt de verkleuring.



Dode tand

Als de tand geleidelijk geel verkleurt, is dat een teken dat de tandzenuw zich terugtrekt. Deze verkleuringen kan de tandarts meestal verhelpen.

2. Het verouderingsproces. Uw glazuurlaag wordt dunner en de laag tandbeen dikker. Er komen barsten in het dunnere glazuur. Daardoor dringen kleurstoffen uit voedings- en genotmiddelen makkelijker in de tand door. Meestal kan de tandarts deze verkleuring behandelen.



Verouderingsproces

3. Een grijze of zwarte vulling in uw tand of kies. Hierdoor heeft deze een andere kleur dan uw overige tanden en kiezen. Een grijze amalgaamvulling kunt u laten vervangen door een witte (kunststof) vulling.



Grijze of zwarte vulling

4. Ontwikkelingsstoornissen in het allereerste begin van een tand (tandkiem) of het gebruik van geneesmiddelen op jonge leeftijd. Deze verkleuringen



zijn vaak bandvormig of vlekachtig. De tandarts kan dergelijke verkleuringen wegslijpen en herstellen met een tandkleurig vulmateriaal.

Ontwikkelingsstoornissen in de tandkiem

## Kan de tandarts inwendige verkleuringen behandelen?

Verkleurde tanden als gevolg van 'dode' tanden (zie afbeelding 1) en het verouderingsproces (zie afbeelding 2) kunnen soms succesvol worden gebleekt.

Dat kan op twee manieren:

- Bleken in de tandartspraktijk.
- Thuis bleken, na instructie door de tandarts.

Wilt u uw tanden bleken? Bespreek dit dan eerst met uw tandarts. De soort verkleuring bepaalt welke behandeling geschikt is. Levert het bleken niet het gewenste resultaat op? Dan kan voor een laagje kunststof op de tand worden gekozen.

## Bleken in de tandartspraktijk

Bleken in de tandartspraktijk is met name geschikt voor 'dode' tanden. De tandarts bleekt de tand van binnenuit. In de verkleurde tand brengt hij een papje aan met een blekend middel dat enkele dagen een blekende werking heeft. Afhankelijk van het behaalde resultaat herhaalt hij de behandeling een of meerdere keren. Uiteindelijk sluit hij de tand af met een definitieve vulling. Bij sommige verkleuringen kan een aanvullende behandeling nodig zijn. De tandarts kan bijvoorbeeld een kunststof of porseleinen schildje op het zichtbare deel van uw tand plakken. Ook gewone verkleuringen kunnen in de tandartspraktijk in een korte tijd worden gebleekt. Hiervoor worden hoge concentraties waterstofperoxide gebruikt. Het voordeel van deze techniek is de snelheid waarmee het gaat. De nadelen ervan, ten opzichte van



het thuis bleken met een bleeklepel, zijn het ruwer worden van de tanden, de hogere kosten en op de lange termijn een minder goed bleekresultaat.

Het uitzoeken van de juiste kleur