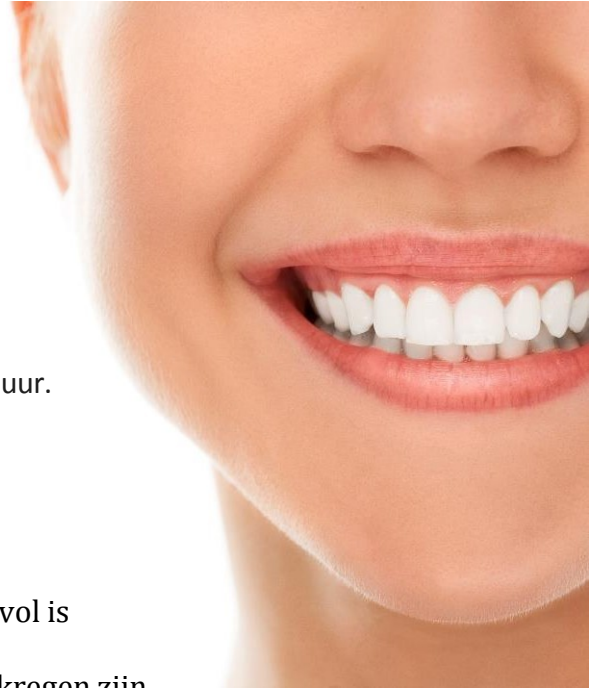


BLEACHINGS

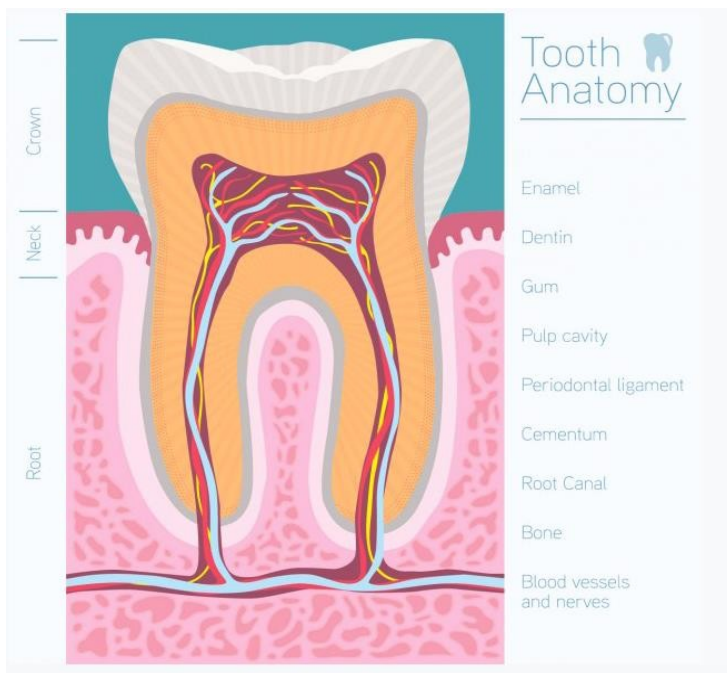
Een mooi gebit kan bijdragen tot een goede mentale en sociale gezondheid als gevolg van een positief zelfbeeld. Witte tanden zijn daarom populair en het aanbod om ze te krijgen is enorm.

Reclames beloven hagelwitte tanden, vaak zelfs binnen het uur. Laat je echter niet verleiden door reclame! Tand witter krijgen door bleaching kan in veel gevallen, maar niet altijd op een veilige manier.

Laat je daarom steeds begeleiden door een tandarts. Die zal kijken of een bleaching in jouw geval specifiek zinvol is en of er goede resultaten verwacht kunnen worden zonder schade aan te richten. Enkel de producten die verkregen zijn via de tandarts zijn veilig en conform met de wetgeving.



Picture by Racool_studio - freepik.com



Picture by alvaro_cabrera - freepik.com

DE KLEUR VAN UW TANDEN

De kleur van tanden is bij iedereen verschillend en wordt bepaald door de lagen waaruit de tand is opgebouwd: het glazuur en het tandbeen of dentine.

Glazuur is nagenoeg doorzichtig. Het tandbeen is geelkleuring, afhankelijk van de kleur en dikte ervan. De oorspronkelijke kleur is erfelijk bepaald. Hoektanden bijvoorbeeld zijn massieve tanden, hebben een dikkere laag tandbeen en zijn daardoor vaak geler.

Waarom worden tanden donkerder met de leeftijd?

Eenzijds gaat de vorming van tandbeen steeds door en die laag wordt dus geleidelijk aan dikker. Anderzijds wordt de glazuurlaag dunner door slijtage. Bovendien staan onze tanden onder invloed van alles wat we in onze mond steken, waardoor eveneens verkleuringen kunnen optreden.

Er zijn 2 soorten verkleuringen:

Extrinsieke verkleuringen: verkleuringen van buitenaf afkomstig. Deze ontstaan wanneer kleurstoffen op onze tanden gaan kleven. Er ontstaat een aanslag afkomstig van koffie, thee, rode wijn, roken,.....

Intrinsieke verkleuringen: verkleuringen in de tand zelf.

Ze ontstaan:

- Wanneer verkleurende agentia in het tandweefsel ingebouwd worden tijdens de vorming van de tanden (*pre-eruptief*, zoals bv fluorose, tetracyclineverkleuringen,....) *of*
- Wanneer ze van binnenuit doordringen nadat een gebitselement volledig gevormd is (*posteruptief*, zoals bv door een wortelkanaalvulling, cariës, verouderingsproces van de tanden).

Trauma's zijn (in elke fase) een veelvoorkomende reden van intrinsieke verkleuringen.

BLEKEN IS NIET ALTIJD DE ENIGE OF BESTE OPLOSSING

Het is belangrijk dat je eerst op controle gaat bij de tandarts om na te gaan of je tanden vrij zijn van gaatjes en lekkende vullingen en zeker te zijn dat de omringende weefsels gezond staan.

Bespreek samen met de tandarts wat jou precies stoort aan je gebit. De ene verkleuring is de andere niet. Het is aan de tandarts om te bekijken indien bleken in jouw geval zinvol is, informatie te geven over het te verwachten resultaat en eventueel andere mogelijkheden voor te stellen voor jouw specifiek probleem.

Het is belangrijk om op voorhand te weten welk resultaat men kan verwachten van een bleking, wat de voor- en de nadelen zijn, de risico's....

Bij sommige mensen met extrinsieke verkleuringen is een grondige reiniging en een polijstbeurt al voldoende.

Vullingen, blootliggend dentine en wortelhalzen gaan niet mee bleken.

Zo kunnen vullingen na een bleeksessie meer opvallen dan vóór de behandeling.

Facings, kronen en bruggen kunnen ook niet gebleekt worden.

Bleken op dergelijke tanden heeft gewoon geen zin.

BLEEKMETHODEN

AVITALE BLEKING

Deze techniek wordt toegepast voor het bleken van een **verkleurde ontzenuwde tand**.

Door beschadiging van de zenuw en doorbloeding van de tand kan deze (plots) grijs of donkergeel worden. Wanneer het gebruikte vulmateriaal bij een (oude) ontzenuwing verkeerd geplaatst werd, kan dit ook verkleuring van de kroon geven.

Hoe gebeurt dit? De tand wordt aan de achterkant opengemaakt. Er wordt een bleekproduct in de tand geplaatst om vervolgens met een voorlopige vulling afgesloten te worden. Het bleekproduct heeft een aantal dagen een blekende werking. Afhankelijk van het behaalde resultaat dient de behandeling één of meerdere keren te worden herhaald. Het is niet altijd mogelijk exact hetzelfde kleur als de buurtanden te bekomen.

HOMEBLEACHING

Homebleaching wordt gebruikt om iets donkere tanden een tintje lichter te maken. Het effect is goed bij tanden met egale, niet te ernstige verkleuringen.



Picture by wavebreakmedia_micro -freepik

Zoals het woord het zelf zegt, gebeurt het bleken niet in de praktijk, maar thuis. Na een afdruk bij de tandarts worden er bleeklepels (vormen/mallen) uit zachte kunststof gemaakt op maat. Elke avond bleek je de tanden door product ('carbamideperoxide') aan te brengen in de lepels en gedurende een zekere tijd de lepels in te houden. Meestal wordt er een tweetal weken gebleekt.

De tandarts geeft je steeds de nodige informatie betreffende de bleekprocedure (hoeveel product, hoelang inhouden, nabehandeling...)

Omdat de lepels op maat gemaakt zijn, passen ze mooi, zijn ze comfortabel en kan het product goed over de tanden vloeien. Het product wordt beter op zijn plaats gehouden en zal minder snel op plaatsen terecht komen waar het irritatie veroorzaakt (zoals bijvoorbeeld tandvlees).

Tegenwoordig verdelen apothekers, supermarkten, onlineshops.. ook homebleachingkits. Hierbij zijn de lepels standaard, waardoor het product minder goed blijft zitten en sneller wordt ingeslikt. Het werkzaam product is om die reden minder geconcentreerd en dus minder/niet effectief of is juist heel agressief en dus sowieso af te raden.

Donkere tanden of ernstige verkleuringen kosten meer tijd om te bleken.

IN OFFICE BLEACHING en LASERBLEACHING

Deze behandeling gebeurt volledig in de praktijk ('in-office'). Hierbij wordt het bleekproduct rechtstreeks op de tanden aangebracht. Het tandvles wordt eerst mooi afgeschermd, zodat het niet irriteert en/of gevoelig wordt. Dan wordt het bleekproduct extra geactiveerd met een plasmalamp en warmte om het bleekproces te versnellen. Dit wordt 2 tot 4 maal herhaald tijdens die ene behandeling.

Voor zeer hardnekkige, vaak interne verkleuringen (dikwijls door trauma of antibiotica) is dit vaak onvoldoende en bestaat een **in-office laserbleaching**. In tegenstelling tot de plasmalamp kan de laser dieper penetreren in de tand om een beter resultaat te verkrijgen. Deze behandeling kan ook wanneer slechts 1 of meerdere tanden gebleekt moeten worden.

Wij bieden geen in office blekingen aan.

SCHADELIJK ?

Bleken, onder supervisie van de tandarts, is niet schadelijk.

De Europese Commissie heeft de wetgeving betreffende het bleken herzien in 2011. Volgens de Europese richtlijn 2011/84/EU wordt een kritische grens voor bleekproducten bij tandartsen vastgelegd aan 6% waterstofperoxide, dat ofwel aanwezig is in het bleekproduct of door het bleekproduct wordt vrijgesteld.

Bleekproducten, zonder voorschrift van de tandarts, kunnen vrij verkregen worden indien ze niet meer dan 0,1% waterstofperoxide bevatten.

Bij de tandarts kunnen er producten met een veel hogere concentratie verkregen worden: van 0,1 tot 6% waterstofperoxide.

Een verbod werd ingesteld voor bleekproducten met meer dan 6% waterstofperoxide, omdat voor deze de veiligheid niet kan worden verzekerd.

Tot nu toe bestaat er geen enkel andere molecule dan peroxide om de tanden te bleken zonder de tand te beschadigen (in de juiste concentratie).

Hedendaagse producten gebruiken bijna exclusief carbamideperoxide en waterstofperoxide als ingrediënten om te bleken. 6% waterstofperoxide is de kritische grens. Dit komt overeen met 16% carbamideperoxide.

Veel bleekproducten en -systemen kunnen tegenwoordig via allerlei wegen verkregen worden naast de tandarts: de apotheek, in sommige winkels, beautycentra, tv-shops, online... De vraag is of deze systemen en producten even veilig en/of doeltreffend zijn. In welke mate zijn de producten op het internet ook conform aan de Europese wetgeving? **Weet dat onveilige bleekprocessen pijn kunnen veroorzaken en (al dan niet permanente) schade kunnen aanrichten.**

Dus bleken in schoonheidscentra en dergelijke is niet hetzelfde als bij de tandarts!

Bovendien zijn de mensen die je er helpen geen tandarts en hebben bijgevolg geen kennis van tanden, mondgezondheid, soorten verkleuringen, pijn, irritatie enzovoort... Daarnaast hebben ze ook niet de kennis om eventueel andere behandelingen, die mogelijks beter zijn, voor te stellen.

De producten die ze gebruiken zijn of weinig efficiënt of agressief. Zo stelt men vast dat er een trend is om chloordioxide te gebruiken als actief ingrediënt. Hierdoor kan de wetgeving omzeild worden en vindt men deze bleekproducten in schoonheidscentra, spa's en cruiseschepen. Deze producten zijn schadelijk, er zijn geen veiligheidsstudies en de zuurtegraad varieert tussen de 2-3 pH. Een 20-minutenapplicatie leidt tot het wegstrippen van het glazuur, verlies van glazuurglans en het ontstaan van tandgevoeligheid.

Let ook op: **overdaad schaadt**. Een bleaching heeft limieten en mag om deze redenen niet langer dan 4 weken aangewend worden. Gemiddeld adviseren we 2 weken. Wanneer er te lang gebleekt wordt, kan het glazuur zich onvoldoende herstellen en kan het mogelijks een glazig, meer poreus uitzicht krijgen of kunnen lokaal witte vlekken ontstaan. Indien u wenst verder te bleken na 2 weken, adviseren we om even op controle te komen bij uw tandarts om uw risico in te schatten.

Tandvleesirritatie kan optreden door slecht aansluitende beugels of overvulling van het product. Indien dit blijvend zou aanhouden, moet u contact opnemen met uw tandarts om de beugels en dosering te controleren (zie verder).

Om deze redenen benadrukken we nogmaals het belang om dit onder supervisie van een tandarts te laten uitvoeren.

PIJNLIJK?

Een correct uitgevoerde bleaching is niet pijnlijk. Soms kan er wel irritatie of gevoeligheid optreden als gevolg van:

- Teveel bleekproduct in de mal: dit lekt dan naar tandvlees en/of wortels
- Blootliggende tandhalzen: deze worden niet beschermd door tandglazuur of tandvlees en kunnen gevoeliger reageren
- Barstjes in de tanden: hierbij dringt het product dieper door naar de zenuw
- Gaatjes door cariës of slechte vullingen, maar dit moet opgemerkt worden bij een voorafgaande controle en eerst behandeld alvorens te bleken

Om hierop in te spelen, raden we een tandpasta voor gevoelige tanden aan tijdens en na het bleken (tijdelijk).

Indien deze gevoeligheid toch optreedt en aanhoudt, neem je best contact op met de tandarts. We controleren de dosering of raden aan de frequentie en duurtijd van het bleken te wijzigen.

WANNEER BEST NIET BLEKEN?

- Onder de 18 jaar (wetgeving)
- Tijdens de zwangerschap en tot 6 à 8 weken erna
- Best wachten tot 6 à 8 weken na een orthodontische behandeling
- Indien je gebit tijdens de bleekprocedure in contact komt met kleurstoffen (koffie, thee, roken, rode wijn)
- Bij allergie aan peroxiden
- Bij overgevoelige tanden

ETEN & DRINKEN tijdens bleekprocedure

Door afbraak van kleurmoleculen in je tanden tijdens het bleken, worden deze tijdelijk poreuzer. Om die redenen kunnen kleurstoffen dan ook gemakkelijker terug in je tanden dringen.

Ze kunnen het resultaat nadelig beïnvloeden.

Tijdens het bleken is het daarom van belang om

kleurstoffen zoveel mogelijk te vermijden, zoals roken, koffie, thee, rode wijn...

Een hulpmiddel hierbij is deze stelling: als een product een vlek kan maken op een wit tafellaken, kan dat ook thv de tanden.



Picture by Rawpixel.com – freepik.com

Het is ook aangeraden om zure dranken en etenswaren tijdens de bleekperiode te mijden. De tanden zijn poreuzer door het bleken. Als daarnaast bijkomend het glazuur geëetst wordt door inwerking van zure dranken of voedingsmiddelen, kan er (voorbijgaande) gevoeligheid ontstaan.

WAT MAG IK ALS RESULTAAT VERWACHTEN?

Het bleekresultaat is voor iedereen verschillend. De basiskleur van het tandbeen die bij iedereen anders is, bepaalt voor een belangrijk deel het uiteindelijke resultaat.

Verkleuringen die lang aanwezig zijn, zijn moeilijker te bleken. Tandens kunnen één tot drie tinten verbleken.

Weet dat het bekomen resultaat niet eeuwig blijft. Het blekeffect blijft zo'n 1 à 3 jaar. Bij een homebleaching zou na 3 jaar een terugval van 38% naar de oorspronkelijke kleur zijn. Deze terugval komt onvermijdbaar omdat tanden blijven verouderen en onder andere de vorming van het tandbeen doorgaat. Als je tanden daarnaast veel in contact komen met kleurstoffen (roken, koffie, thee...), gaan ze nog wat sneller donkerder worden.

WHITENING TANDPASTA

De werking van tandpasta's die tanden witter maken is wetenschappelijk niet aangetoond. **(Whitening is geen bleaching!)**

Whitening tandpasta's hebben echter een grotere schurende werking en kunnen tanden meer schoonmaken. Schonere tanden lijken witter. Maar deze schurende werking kan ook het glazuur aantasten. Daarom adviseren we om deze tandpasta's maximaal 2 maal per week te gebruiken.

DIY MIDDELTJES

Home-made recepten met bakpoeder, geplette aardbeien, citroenen, zout, wat peroxide...

zijn absoluut af te raden.

Bakpoeder kan het glazuur aantasten bij buitensporig gebruik, waardoor de tanden mat en donker worden (i.p.v. glanzend en wit) en gevoelig.

Tanden insmeren met suikers en zuren kan leiden tot cariës, erosie en overgevoeligheid.

Peroxides kunnen stevige brandwondes veroorzaken als het onvoldoende verdund wordt. Dus aub doe het niet!



Picture by freepik -freepik.com

Hebt u nog vragen, dan mag u ons steeds contacteren.

Bronnen:

- Website van het Ivoren Kruis
- Cursus Sense & Non Sense bleachen, Cavex
- Laserbleken, Het Tandheeskundig jaar 2012
- Consultand (VBT) Nr 72 (2018) door Prof Dr R. De Moor