



Zahnarztpraxis  
Susanne Sindersberger eidg. dipl. Zahnärztin SSO

Wiesenstrasse 2 CH-8910 Affoltern a. Albis  
Telefon +41 44 776 33 63 Telefax +41 44 776 33 64  
susanne@sindersberger.ch www.sindersberger.ch

## Informationen zum Bleaching Vorgehen (Gebrauchsanweisung)

Liebe(r) Patient/in

Sie haben soeben Bleichschiene und-Gel zum Aufhellen Ihrer Zähne erhalten. Als Ergänzung zu den bereits mündlich gegebenen Informationen noch Folgendes:

Allgemeines:

- Optimalerweise erfolgt der Start der Bleichbehandlung unmittelbar **im Anschluss an eine Dentalhygiene-Sitzung**.
- Wir machen Sie nochmals darauf aufmerksam, dass als Folge des Bleichvorganges **"alte" Füllungen und Kronen**, welche **nicht aufgehellt werden**, störend wirken und eventuell eine Nachfolgebehandlung erfordern können.

Bleichvorgang:

- **30 Minuten** pro Tag, während 10 bis 14 Tagen.
- Wirkstoff nicht aus der Schiene herausaugen!
- Nach Entfernung der Schiene Mundhöhle mit Wasser spülen, Zähne mit Zahnbürste und Wasser von klebendem Gel befreien.
- Fluoridierung mit **farbloser**, neutraler Mundspüllösung (z. B. Emofluor, Elmex).
- Schiene unter fliessendem, kaltem Wasser, evtl. unter Zuhilfenahme von Zahnbürste oder Wattestäbchen, reinigen und trocknen lassen.

Wichtig:

- Kein Essen oder Trinken während **1h nach Entfernung der Schiene**.
- Verzicht auf das Rauchen und die Einnahmen von **"abfärbenden" Nahrungs- und Genussmitteln** (Tee, Kaffee, Rotwein) für die Dauer der Bleichbehandlung und während einer Woche nach Abschluss der Bleichbehandlung.

Mögliche Nebenwirkungen:

- Zahnhalsempfindlichkeiten (vorübergehend)
- Zahnfleischschmerzen (vorübergehend)

Gegenmassnahmen:

- Auftragen von Gel gegen Zahnhalsempfindlichkeiten (z. B. Emofluor Gel).
- Bei starken Empfindlichen und nach Abschluss der Behandlung kann anstelle des Bleichmittels auch Emofluor Gel in die Schiene gefüllt werden.

Was Sie auch noch wissen sollten:

- Innerhalb von 3 bis 6 Monaten erfolgt ein leichtes **Nachdunkeln**, was durch nochmaliges Tragen der Schiene während einigen Tagen wieder korrigiert werden kann. Hierfür müssen Sie bei uns erneut Bleich- Gel bestellen (die Schiene kann selbstverständlich weiter verwendet werden).

Bei Bedarf einer Nachkontrolle nach dem ersten Unterbruch melden Sie sich bitte in der Praxis.