

# ZAHNGESUNDHEIT

## MODUL KOSMETISCHE ZAHNBEHANDLUNG

### Ziele

- Die SchülerInnen können den Begriff kosmetische Zahnbehandlung erklären und Beispiele nennen.
- Die SchülerInnen wissen über den Ablauf einer professionellen Zahnreinigung Bescheid.
- Die SchülerInnen kennen den Begriff Bleaching und die Risiken von Home-Bleaching mit selbstgekauften Mitteln.
- Die SchülerInnen können den Begriff Veneers erklären.
- Die SchülerInnen wissen, dass Zahnschmuck die Mundgesundheit beeinflussen kann.

## Wissen für PädagogInnen

Das Zahnbild eines Menschen trägt wesentlich zum Gesamteindruck bei. Weiße und gerade Zähne suggerieren Gesundheit, Vitalität und Stärke. Neben medizinisch indizierten Eingriffen (Karies, Parodontose ...) können z.B. Zahnregulierungen, Veneers oder keramische Zahnfüllungen ein Zahnbild verbessern. Meist geht es in der Zahnästhetik um die Harmonie von Rot (gesundes, rosarotes Zahnfleisch) und Weiß (natürlich weiße Zähne).

Als Teil der Zahnmedizin bietet die kosmetische Zahnheilkunde ein Spektrum unterschiedlicher Möglichkeiten, neben funktionellen und gesundheitlichen Aspekten die Zahnästhetik positiv zu beeinflussen (Volz & Heinzel, 2004). **Bei kosmetischen Zahnbehandlungen steht ausschließlich das visuelle Ergebnis im Vordergrund**, das sich nicht auf die Funktionalität oder Gesundheit der Zähne auswirkt.

Von Zahnärzten/-ärztinnen durchgeführte Maßnahmen zur Verbesserung der weißen Zahnästhetik:

- Professionelle Zahnreinigung
- Professionelles Bleaching
- Veneers (Lanza, 2022)

**Ess- und Lebensgewohnheiten können zur Verfärbung der Zähne führen.** Bleaching oder professionelle Zahnreinigungen tragen dazu bei, Verfärbungen zu entfernen. Dabei ist ein professionelles Vorgehen wichtig, da Hausmittel oder falsch angewandte Produkte aus Home-Kits, die u.a. auch auf Social Media-Plattformen beworben werden, den Zähnen schaden können und das Erfolgsergebnis ausbleibt bzw. nicht lange anhält (Volz & Heinzel, 2004).

### Professionelle Zahnreinigung

Eine regelmäßige, professionelle Zahnreinigung ist empfehlenswert, weil dadurch auch Zahnproblemen wie Karies oder Zahnfleischentzündungen vorgebeugt wird. Durch das besonders gründliche Entfernen von Belägen und Zahnstein kann das natürliche Weiß wieder zum Vorschein kommen.

Der Ablauf einer professionellen Zahnreinigung beginnt mit der **Entfernung aller Zahnbeläge, Verfärbungen und Ablagerungen** an den Zahninnenseiten, aus den Zahnzwischenräumen sowie den Rillen und Furchen (Fissuren) der Zähne. Das ist wichtig, weil man mit der Zahnbürste vielleicht nicht alle Stellen ausreichend erreicht. Nach der Belagsentfernung werden die **Zahnoberflächen poliert**, damit die Zähne weniger raue Stellen und Nischen aufweisen, denn dort haften Kariesbakterien am ehesten. Zum Abschluss wird über die gereinigten Zähne ein **Fluoridlack** aufgetragen. Dieser dient als Schutz und härtet den Zahnschmelz gegen Säureattacken der Mundbakterien (Lanza, 2022).

Kinder und Jugendliche im Alter von 10 bis 18 Jahren können in Österreich einmal jährlich eine professionelle Zahnreinigung bei Vertrags- sowie WahlzahnärztInnen der Österreichischen Gesundheitskasse (ÖGK) kostenlos in Anspruch nehmen. Für Kinder und Jugendliche, die eine festsitzende Zahnspange tragen, ist zudem eine zweite Sitzung kostenlos möglich. Erwachsene müssen für die Leistung selbst aufkommen (ÖGK, o. J.).

## Professionelles Bleaching

Man unterscheidet zwischen **internem und externem Bleaching**. Beim internen Bleaching werden Bleichmittel in den Zahn eingebracht, beim externen auf die Zahnoberfläche aufgetragen. Organisch verfärbte Substanzen, die sich im Laufe der Zeit durch Nahrungs- und Genussmittel im Kristallgefüge des Zahnschmelzes und Dentins ablagern, werden mit Hilfe oxidativer Prozesse aufgehellt oder auch beseitigt. Diese „internen“ Verfärbungen dürfen jedoch nicht mit den Ablagerungen durch Zahnbeläge verwechselt werden, die durch eine professionelle Zahnreinigung entfernt werden sollten (Volz & Heinzel, 2004). ZahnärztInnen wissen, welche Aufhellung am natürlichsten wirkt. Auch wenn die Farbe von Kronen, Brücken oder Füllungen durch das Bleichen nicht veränderbar ist, wird das für ein harmonisches Gesamtbild berücksichtigt. Je nach Verfärbungsursache, Zahnfarbe und Grad der Aufhellung spielen verschiedene Techniken und Wirkstoffkonzentrationen zusammen, um ein gutes Ergebnis zu erzielen.

**Bei Zahnaufhellern für zu Hause ist Vorsicht geboten.** Es sollte vorab zumindest eine Aufklärung über mögliche Nebenwirkungen von Home-Bleaching durch ExpertInnen eingeholt werden, um unerwünschte ästhetische Folgen oder eine temporäre Überempfindlichkeit der Zähne auf Wärme oder Kälte zu vermeiden. Bei starken Schmerzen ist die Bleichbehandlung abubrechen (Bogner, 2021).

## Veneers

Veneers sind – ähnlich einer Kontaktlinse – **feinste, hauchdünne Verblendschalen aus Keramik**. Sie werden im Labor gefertigt und vor allem zur ästhetischen Korrektur der Schneidezähne eingesetzt, indem sie direkt auf den Zahn geklebt werden. Farbe, Form und Oberfläche werden an die bestehenden Zähne angepasst. Die Vorteile sind ihr natürliches Aussehen, die gute Verträglichkeit, dauerhafte Farbbeständigkeit sowie eine sehr kurze Eingewöhnungszeit für die PatientInnen (Lanza, 2022). Veneers können aber auch Nachteile bringen. So kann durch ihr Tragen gesunde Zahnschubstanz abgetragen werden, die sich nicht mehr von allein nachbildet. Somit müssen PatientInnen die Keramikschalen dauerhaft tragen.

Da eine Versorgung mit Veneers meist aus kosmetischen Gründen erfolgt, kaum medizinisch indiziert ist, trägt die Kosten der/die PatientIn selbst. Krankenkasse bzw. Versicherungen übernehmen gegebenenfalls eine Teilzahlung (Machetanz, 2020).

## Zahnschmuck

Als modisches Accessoire wird Zahnschmuck immer beliebter. Häufig werden **Schmuckstücke aus Kristallglas, Edelsteinen, Metallen oder Kunststoff** an den Eck- oder Schneidezähnen aufgeklebt, was die Zahnästhetik aufwerten soll. Solcher Zahnschmuck sind Dazzler, Skyces, Twinkles, Zahn-Tattoos, Grills, Billy-Bobs, Rap-Caps oder Lippenband-Piercings bzw. Piercings im Mundbereich. Für dauerhaften Zahnschmuck kommen Materialien wie Gold, Silber, Platin, Kristallglas, Zirkonia und Diamanten infrage. Temporäre Schmuckstücke sind hingegen oft aus Kunststoff gefertigt.

**Zahnschmuck sollten unbedingt ZahnärztInnen anbringen**, damit er nur auf gesunde Zähne kommt und aus hochwertigem Material ist. Eine Entfernung des Schmucks ist jederzeit möglich.

Der Preis für eine solche Behandlung richtet sich nach den verwendeten Materialien. Die Krankenkasse übernimmt für den kosmetischen Eingriff keine Kosten. Bei der Mundhygiene ist besondere Sorgfalt geboten, da sich an der Oberfläche des Schmucks bakterielle Beläge ablagern können, die eventuell Karies begünstigen. Eine mangelhafte Mundhygiene, chronische Zahnfleischentzündungen (Gingivitis), Parodontose, ein starkes Kariesgeschehen oder Allergien gegen Bestandteile des verwendeten Klebers bzw. des Schmuckstücks stellen eine Kontraindikation dar. TrägerInnen sollten sich auch über mögliche Komplikationen bzw. Nebenwirkungen wie Verschlucken, Einatmen, Abplatzen der Zahnhartsubstanz, Gingivitis, Parodontitis, Randkaries im Vorhinein informieren (Lanza, 2020).

## Quellen

**Bogner, A.** (2021). DIY-Bleaching vs. Bleaching beim Zahnarzt. Download vom 15.12.2022, von <https://www.mooci.org/blog/diy-bleaching-vs-bleaching-beim-zahnarzt/>

**Lanza, F.** (2020). Rainbow Teeth und Dazzlers? Verrückte Zahntrends! Download vom 15.12.2022, von <https://www.mooci.org/blog/rainbow-teeth-und-dazzlers-verrueckte-zahn-trends/>

**Lanza, F.** (2022). Professionelle Zahnreinigung. Download vom 15.12.2022, von <https://www.mooci.org/konservierende-zahnmedizin/professionelle-zahnreinigung/#7>

**Lanza, F.** (2022). Veneers. Download vom 15.12.2022, von <https://www.mooci.org/prothetik/veneers/>

**Mechetanz, L.** (2020). Veneers. Download vom 15.12.2022, von <https://www.netdokter.at/therapien/veneers/>

**ÖGK.** (o. J.). Mundhygiene. Download vom 15.12.2022, von <https://www.gesundheitskasse.at/cdscontent/?contentid=10007.870457&portal=oegkportal>

**Volz, U., & Heinzl, H.** (2004). Zähne gut – alles gut: Wie Zähne ihre Gesundheit beeinflussen. Stuttgart. Trias.

## Fallbeispiele

**Unterstufe:** Deine Freundin ärgert sich über die gelben Verfärbungen an ihren Zähnen. Im Internet hat sie ein Rezept zum Aufhellen (Bleachen) der Zähne gefunden. Es enthält Backpulver, Salz und Zitronensaft. Jetzt möchte sie es ausprobieren.

- Was denkst du? Soll sie das einmal probieren? Gibt es Risiken? Was rätst du ihr?

**Oberstufe:** Kleingruppen recherchieren unterschiedliche Zahnschmuckvarianten wie Dazzler, Skyces, Twinkles, Zahn-Tattoos, Grills, Billy-Bobs, Rap-Caps und dergleichen bezüglich verfügbarer Materialien, ihrer Anbringung und möglicher Nebenwirkungen. Anschließend diskutiert die Klasse die Rechercheergebnisse und hält wichtige Pro- und Kontra-Punkte auf einem Flipchart fest. Das Plakat könnte in der Klasse als Infoposter hängen bleiben.

## Reflexionsfragen

- Wie wichtig sind für euch schöne, weiße Zähne?
- Bedeuten strahlend weiße Zähne, dass sie gesund sind?
- Welche kosmetische Zahnbehandlung habt ihr schon in Anspruch genommen?
- Welchen Zahnschmuck kennt ihr?
- Wer weiß, wie eine professionelle Zahnreinigung abläuft?
- Gibt es Nebenwirkungen von Bleaching oder Veneers?
- Haben Piercings im Mundbereich Auswirkungen auf die Zahngesundheit?
- Wie vertrauenswürdig sind aus eurer Sicht Influencer in Bezug auf kosmetische Zahnbehandlungen?
- Trägt jemand von euch aktuell Zahnschmuck? Welche Erfahrungen habt ihr damit?
- Welche Leistungen bezahlt die Krankenversicherung?

## Vertiefungsübung

**Unterstufe und Oberstufe:** Viele Stars haben ein strahlend weißes Lächeln. Wie schaffen sie das? Haben alle Stars von Natur aus schöne Zähne? Die SchülerInnen recherchieren Möglichkeiten, das Zahnbild zu verbessern und diskutieren im Plenum ihre Erkenntnisse und Standpunkte in Bezug auf solche Eingriffe.

## Materialien und Informationen zum Thema

Die nachfolgenden Links sind zum Erstellungszeitpunkt sorgfältig geprüft.  
Da nicht alle Inhalte von unabhängigen ExpertInnen stammen, bleiben Sie  
bitte kritisch!

<https://www.gzfa.de/diagnostik-therapie/zahnaesthetik/>

<https://www.netdokter.at/therapien/veneers/>

<https://www.zahnarzt-drseidel.de/schoene-zaehne/zahnschmuck/>

<https://www.gesundheitskasse.at/cdscontent/?contentid=10007.870457&portal=oegkportal>

<https://www.kzbv.de/bleaching.180.de.html>