

# Vitare tänder på bara två minuter

Vill du möta våren med ett bländande leende?

En ny lasermetod bleker dina tänder – på två minuter.  
– Världens snabbaste metod, säger Birgit Eklund, läkare på Gamla stans laser- och kirurgmottagning.

Allt fler svenskar satsar stora slantar på att få vitare, snyggare tänder.

– Vi trodde att nästan alla skulle vara medelålders kvinnor. Men det finns ingen typisk patient. Unga män är en stor grupp. Den yngsta jag behandlat är en 18-årig kille, säger tandläkare Agneta Berneheim.

– Laserblekning är en nyhet i Sverige, säger Birgit Eklund.

– Vi har blekt drygt 20 patienter sen vi började för två veckor sen. Metoden är skonsam och resultatet syns direkt.

Tekniken kommer från USA där den använts i två år.

## Ser piggare ut

– Man ser yngre och piggare ut med vita tänder, säger tvåbarnsmamman Anneli Björk, 34, Stockholm, som ska bleka sina tänder med den nya lasertekniken.

Birgit Eklund mäter nyansen på Annelis tänder. De får nummer 14 på en skala där 16 är gulast och 1 vitast.

Birgit smörjer en

skyddande gelé över tandköttet och penslar en lilafärgad gelé på tänderna.

– Jag lyser med laserljuset åtta gånger 15 sekunder på varje tand. Två minuter sammanlagt. Ljuset aktiverar blekningsmedlet i gelén.

## Helt riskfritt

Och vips – efter en kvart är tänderna 12 nyanser ljusare.

– Tänderna kändes varma och ilade ibland. Men jag är nöjd, verkligen! säger Anneli.

## Risker?

– Inga, enligt Birgit Eklund. Man kan känna ilningar de första dygnet.

En behandling kostar 5 900 kronor och ska hålla tänderna vita i "flera år". Man vet inte exakt hur länge eftersom metoden är så ny.

Gula eller missfärgade tänder kan vara ärftligt, tänder kan även blir gråa och gula av ålder. Rökning, kaffe, te och rödvin är stora bovar bakom missfärgade tänder.



**FÖRE.** Annelies tänder hamnar på 14 på en 16-gradig skala där ett är vitast.



**EFTER.** Annelies tänder blev tolv nyanser vitare till en kostnad av 5 900 kronor.



**VITARE TÄNDER – PÅ EN LUNCHRAST.** Birgit Eklund penslar en gelé på Anneli Björks tänder. Sen lyser hon med lasern som aktiverar blekningsmedlet i gelén. Varje tand belyses i sammanlagt två minuter, med pauser mellan. Resultatet syns omedelbart.

Foto: JONAS LEMBERG

## Två tandläkare sätter betyg på de åtta vanligaste metoderna



### Brite smile

Så går det till: Tänderna bleks med en gelé, och belyses med lågenergilympa. I USA har filmstjärnor använt den i flera år. I Sverige sedan drygt ett år.

Så länge håller det: 3–5 år.

Kostnad: 5 900 kronor.

Risker: Kan ge ilningar i tänderna några timmar efter behandlingen.

Tandläkare Eva Darlington: "Har inte använt den men jag vet att tänderna blir väldigt vita."

Tandläkare Agneta Berneheim: "Den i särklass bästa metoden. Snabb och ger de vitaste tänderna, gelén är skonsammare än den gelé som används vid hemmablekning."



**Vitaste tänderna**



### Hemmablekning med plastskena

Så går det till: Först görs ett avtryck i gips. Utifrån gipsmodellen formas en plastskena som patienten fyller med blekningsmedel. Skenan bärs antingen dag- eller nattid.

Så länge håller det: 3–5 år.

Kostnad: 2 000–4 000 kronor.

Risker: Illningar i tänderna under behandlingen (som varar i cirka två veckor).

Eva Darlington: "Den bästa metoden jag använt. Säker och skonsam."

Agneta Berneheim: "Nackdelen är att det tar 14 dagar att få 5–6 nyanser ljusare tänder."

**Säker och skonsam**



### Väteperoxidbehandling

Så går det till: Görs hos tandläkare/tandhygienist. Ett lager väteperoxidgelé stryks över tänderna, medlet får verka i en kvart under uppvärmning. Kan upprepas två-tre gånger.

Så länge håller det: 3–5 år.

Kostnad: 2 000–4 000 kr.

Risker: Kan ge ilningar i tänderna även lång tid efter behandlingen.

Eva Darlington: "Inte lika skonsamt som plastskena, och resultatet är mer ovisst."

Agneta Berneheim: "Dyrt för ett ganska dåligt resultat, bra för att bleka enstaka tänder."

**Dyrt och ovisst!**



### Tandkräm

Så går det till: Många så kallade "whitening systems" innehåller slipmedel.

Så länge håller det: Bleker inte tänderna men kan ta bort ytliga fläckar.

Kostnad: 20–50 kronor.

Risker: Kan slita på emaljen och irritera tandköttet.

Eva Darlington och Agneta Berneheim: "Ingen tandkräm gör tänderna vita. Men det finns en kräm (säljs bara av tandläkare) som innehåller opalescence och olja som förebygger missfärgningar. Bra för den som blekt sina tänder och vill bevara dem vita. Kostar 150–210 kr."

**Slipar bort fläckar**



### Porslinsfasad

Så går det till: Ett tunt lager emalj slipas bort och porslin limmas på tandytan. För lagade, missfärgade, rotfyllda tänder som inte går att bleka.

Så länge håller det: 15–20 år.

Kostnad: 4 000–6 000 per tand.

Risker: Inga, vid rätt utförande.

Eva Darlington: "Blir väldigt vackert, om man väljer en skicklig tandtekniker."

Agneta Berneheim: "En utmärkt metod om man samtidigt vill ändra formen på sina tänder. Jag skulle aldrig välja porslin bara för den vita färgens skull."

**Snyggt men dyrt!**



### Tuggummi

Så går det till: Nya tuggummimärken som utger sig för att ge vitare tänder blir allt vanligare.

Så länge håller det: Kan ljusa upp ytliga fläckar från te, vin och tobak.

Kostnad: Cirka 10 kronor.

Risker: Sockerfritt tuggummi med björksocker är laxerande.

Eva Darlington: "Nonsens att tänderna skulle bli vitare."

Agneta Berneheim: "Ger inget resultat."

**Ger inget resultat!**



### Air flow

Så går det till: Tänderna blåstras vita med vatten och ett saltpulver. Tänderna bleks inte men missfärgningar från exempelvis te, vin och tobak försvinner.

Så länge håller det: Individuellt, från en månad till ett år.

Kostnad: 500–600 kronor.

Risker: Inga.

Eva Darlington: "Bra metod som funnits i 15–20 år. Tänderna blir inte vitare men ser fräschare ut eftersom missfärgningar försvinner. Tar inte alla missfärgningar."

Agneta Berneheim: "Tar bort ytliga beläggningar, en snabb metod som funkar bra."

**Fräschare, inte vitare**



### Whitestripes

Så går det till: Man klistrar en tejprensma som innehåller väteperoxidgelé på tänderna, ett par gånger under dagen i två veckor.

Så länge håller det: Cirka ett halvår.

Kostnad: Cirka 400 kronor.

Risker: Man kan svälja blekmedlet och tandköttet kan skadas. Ej godkänt i Sverige.

Eva Darlington: "Jag vill varna för metoden, kan skada emalj och tandkött."

Agneta Berneheim: "Stor varningstriangel. Tandköttet kan skadas."

**VARNING!**

