



Zahnärztliche Gemeinschaftspraxis **Prinz**

Dr.med.dent. Alexander Prinz | Dr.med.dent. Michael Prinz

Merkblatt zum Umgang mit der Bleichschiene.

Wir freuen uns, Ihnen heute die speziell für Sie angefertigte Bleichschiene übergeben zu können. Damit das Aufhellen Ihrer Zähne gut funktioniert, bitten wir Sie, folgende Hinweise zu beachten:

1. Das Bleichmittel ist für Sie in der Bären-Apotheke (Bahnhofstr.18, Markdorf, Tel 8400) bestellt und kann dort abgeholt werden. Sie können das Bleichmittel dort auch nachbestellen.
2. Am besten bewahren Sie es im Kühlschrank auf.
3. Geben Sie jeweils 1-2 Tropfen des Bleichmittels in die Schiene an die entsprechenden Zahnpositionen. Für die leichtere Dosierung geben wir Ihnen eine Spritze und eine Kanüle mit. Die Schiene einsetzen und einen Überschuss an Bleichmittel mit dem Tuch einer Küchenrolle abwischen.
4. Einwirkzeit: wir empfehlen zunächst einen Test für 3 Stunden abends nach dem Zähneputzen. Treten keine Reizungen oder Überempfindlichkeiten auf, kann die Schiene über Nacht angewendet werden. Am Morgen die Schiene unter fließendem Wasser reinigen und trocknen lassen. **Bitte im gesunden Maß anwenden**, 3 Nächte hintereinander sollten genügen. Wenn die Zähne wieder etwas nachdunkeln, können Sie die Prozedur gerne wiederholen.
5. Um Überempfindlichkeiten zu behandeln oder zu vermeiden, können Sie spezielle Flurpasten (z. B. Elmex Gelee 1 mal pro Woche) oder Zahnpasten (z. B. Pro Schmelz) verwenden.

