

Varför tandblekning?

Magdalena Blomqvist, leg. tandhygienist, har 18 års erfarenhet av tandblekning. Hon arbetar kliniskt på privat klinik i Stockholm, och föreläser både i Sverige och utomlands i ämnet tandblekning i Åhrén Dental Consults regi.

Vems tänder kan vi bleka?

Tandblekning är en populär och efterfrågad behandling som utförs mer och mer. Många tror att endast perfekta tänder på unga patienter går att bleka, men till min klinik kommer allt fler äldre patienter för att bleka sina tänder, med gott resultat. Numera behåller man ju sina tänder upp i åren och vill vara fin i munnen även på äldre dar.

De äldre patienternas strävan är inte att få kritvita tänder, utan att ljusa upp dem. Att få bort något av den gula eller bruna tonen. Många av patienterna har både kronor och broar, som är gjorda för flera år sedan. Medan de egna tänderna har mörknat har bro-/kronarbetet bibehållit sin färg. I dessa fall kan man med gott resultat bleka de egna tänderna för att få en bättre samstämmighet. Man jämkar ihop dem färgmässigt och får åter en bättre harmoni i munnen.

Tandblekning kan inte ge någon av våra patienter perfekta tänder, utan endast en ljusare nyans. Rätt utförd är tandblekning med väteperoxidfrisättande preparat ett bra komplement till estetiska korrigeringar. Den kan till och med ersätta mer invasiv protetisk behandling.

Jag informerar alltid mina patienter om att fyllningar inte kan blekas och att vi ibland måste göra en efterjustering av dessa, men att de själva väljer vad de vill göra. Många av de äldre patienterna menar att det inte spelar så stor roll med fyllningarna eftersom det ändå blev bättre än tidigare.

Vem får bleka och vad måste man kunna?

Idag är det tillåtet för legitimerad tandvårdspersonal att bleka tänderna på sina patienter. Som legitimerade har vi ett ansvar att skaffa oss de kunskaper som behandlingen kräver – att veta hur man utför behandlingen och vilka verksamma substanser blekningsmedlet innehåller. Vi måste dessutom veta vad som händer kemiskt med tanden vid blekning.

Genom att skaffa oss kunskap kan vi också svara på våra patienters frågor så korrekt som möjligt och utföra blekningen i enlighet med vad forskarna rekommenderar. I och med att vi är legitimerade är vi även skyldiga att känna till vad forskningsresultat visar.

Socialstyrelsens KDM-dokument om tandblekning är en viktig kunskapskälla. Dokumentet anger dock inte de lagliga förutsättningarna för vem som får bleka eller inte, bara en rekommendation.

Diagnos och slutkontroll

Det är viktigt att göra en sedvanlig undersökning med röntgen innan man påbörjar tandblekningen. Blekningen ska sedan genomföras med ett dokumenterat, säkert material.

Glöm inte bort den viktiga slutkontrollen. Vid detta tillfälle antecknas slutresultat och vi kliniker får ett kvitto på att behandlingen gav ett gott resultat och att patienten är nöjd.

Vad händer kemiskt när vi bleker tänderna?

Det har forskats mycket på tandblekningsmaterial under de 18 år som det funnits i Sverige. Så vad har forskarna kommit fram till?

När vi bleker tänderna utsätter vi tanden för en kemisk värmeprocess där väteperoxiden bryts ner till fritt syre. Denna process kräver mycket kylning och därför är det viktigt att våra tandblekningsmaterial innehåller tillräckligt mycket vatten. Det har visat sig att en 10 % karbamidperoxidgel, som frisätter 3 % väteperoxid (H₂O₂), måste innehålla minst 20 % vatten för att inte torka ut tanden. Samtliga Opalescence tandblekningsprodukter minst 20% vatten. Vi vet alla att dehydrering av emalj och dentin inte är önskvärt. Innehåller tandblekningsmaterialet för lite vatten eller inget vatten alls blir den största effekten av behandlingen en uttorkningseffekt som ej består, även sedan tanden återfuktats av saliven.

Idag vet vi också att en tillsats av kaliumnitrat och fluor i tandblekningsgelen har en positiv verkan. Det minskar sensibiliteten samtidigt som man stärker tanden och minskar kariesrisken. Samtliga Opalescence tandblekningsprodukter innehåller både kaliumnitrat och fluor.



Blekning med eller utan lampa?

Forskningsresultat har visat att väteperoxid frisätter syre om det utsätts för värme från en extern ljuskälla eller den värme som alstras i munnen. Vi har idag ingen publicerad oberoende forskning som har kunnat tillskriva "tandblekningslampor" ett bättre slutresultat av blekningen över tid. Däremot vet vi att pulpan är mycket känslig och kan ta skada av några graders värmeökning.

Vilka behandlingsmetoder ger de bästa resultaten?

Dr Bruce Matis vid Indiana University har publicerat omfattande forskningsresultat om olika tandblekningsmaterial. Han ser i sin forskning att hemblekning med skena och 10 % karbamidperoxidgel över tid ger det bäst bestående slutresultatet, och innebär minimala besvär för patienten. Han rekommenderar nattblekning före dagblekning om det inte finns några speciella hinder för det.

Vi måste lära oss att tandblekning tar tid! Det fria syret måste få den tid det behöver för att oxidera bort det organiska färgpigmentet i tanden.

Vad säger EU-lagstiftningen?

EU:s kosmetiska lagstiftning från 1983 säger att kosmetiska produkter för oralt bruk som frisläpper mer än 0,1 % väteperoxid eller karbamidperoxid inte får användas. Tandblekningsmedel klassas som medicinteknisk produkt, vilket innebär andra regler. Det första tandblekningsmaterialet för svensk tandvård certifierades av tyska Notified Body som medicinteknisk produkt redan 1993. Tack vare det kan vi bleka våra patienters tänder idag.

Whiteningtandkrämer bleker inte

Tandkräm klassas, till skillnad från tandblekningsmedel, som en kosmetisk produkt och får därmed inte frisläppa mer än 0,1 % väteperoxid. En tandkräm med så lite väteperoxid kan inte bleka tanden. Opalescence tandkräm innehåller inte väteperoxid. Däremot ytspänningsnedsättande ämnet poloxamer, som löser upp färgpigment på ytan samt gör tänderna renare, glattare och därmed naturligt vita. Opalescence tandkräm ger tanden ett högt fluorupptag och har lågt RDA-värdet =RDA 66. Man bör alltid kontrollera RDA-värdet på sin whiteningtandkräm. Många av krämerna har höga abrasionsvärden. Runt 100 RDA är inte ovanligt.

Blekmedel på internet och ute i handeln

En del av mina patienter frågar om tandblekningsmedel de kan köpa på internet eller ute i handeln. De vill oftast få snabba resultat.

Då brukar jag ställa tre frågor:

- **Är det viktigt för dig med ett säkert och vetenskapligt utvärderat tandblekningsmaterial?**
Svar: Jo, visst måste det vara säkert och vetenskapligt testat!
- **Är det viktigt för dig med ett hållbart resultat?**
Svar: Ja, det är viktigt. Man betalar ju ett par tusen kronor för behandlingen.
- **Är det viktigt för dig att jag ställer en diagnos på dina tänder innan vi sätter igång med tandblekningen.**
Svar: Självklart vill jag att du checkar så att det inte finns något hinder att bleka mina tänder.

Patienterna brukar alltså svara ja på mina frågor och inser att det är bäst att vända sig till en legitimerad kliniker för att få en så professionell och säker tandblekningsbehandling som möjligt. Köper patienten medel på nätet eller ute i handeln finns ingen dokumentation på det sammantagna innehållet och hon eller han har ingenstans att klaga om det går snett.

Vår trovärdighet

Det är viktigt att hela kliniken har ett samlat budskap till patienterna om tandblekning. På vår klinik berättar vi att vi använder säkra material med hållbart resultat vid tandblekning, och alltid med en diagnos som grund. Hos våra svenska patienter har vi idag en mycket hög trovärdighet. Låt det så förbli.

