

NÄIN SAAT HAMPAAT VALKOISIKSI S. 44

Men's

Nina Tapio

"Eroni oli
pettymys"

REPORTAASI

Jenkkilän
lapsimissien
meikattu elämä

Sari Kaasinen

"Ikäkriisi opettaa
tervettä itsekkyyttä"

1⁹⁵

Värikkäät
citytoppikset

MAAILMAN
TERVEELLISINTÄ
RUOKAA

Japanista

Testaa jaksamisesi • 49 täsmävinkkiä arkeen

Stoppi stressille

+ Ihon energiapommit
+ Hellä selkäjumppa

Borat & Ali G

Koomikon
monet kasvot

SanomaMagazines



Hampaiden valkaisu on yhä yleisempää. Unohda kuitenkin ultravalkoinen hymy, luonnollisuus on nyt trendikästä.

Hampaiden valkopesu

HAMMASLUUSTON VÄRISSÄ ON luonnostaan eroja: toisilla hampaat ovat keltaisemmat kuin toisilla. Perintötekijöillä on vaikutusta, ja lisäksi hampaat myös tummenevat iän myötä. Tummeneminen on väistämätöntä, mutta sitä voi hidastaa välttämällä punaviinin, kahvin, teen ja kolajuomien nauttimista. Tupakoitsijoilla valkoiset hampaat jäävät haaveeksi: tupakointi värjää hampaita niin sisäisesti kuin ulkoisestikin.

Kotona vai vastaanotolla?

Hampaita voidaan vaalentaa sekä hammaslääkärin tai -hygienistin vastaanotolla että kotona. Valkaisijana toimii vetyperoksidipohjainen aine, joka hapettuessaan vaalentaa hampaita. Kotivalkaisu on helppoa ja edullista, mutta ei yhtä tehokasta kuin vastaanotolla tehty valkaisu. Ammattilaistuosotteissa vetyperoksidin pitoisuus on paljon isompi kuin kotivalkaisuaineissa: mitä suurempi pitoisuus, sitä valkoisempi tulos.

Suomessa hampaita on valkaistu jo toistakymmentä vuotta, mutta viime vuosina valkaisu on kasvanut buumiksi. Uusimmat valkaisuinnovaatiot tulevat Yhdysvalloista, missä valkaisuja tehdään eniten maailmassa.

Nyt tehokkain hampaidenvalkaisumenetelmä on geelivaalennus, jossa valkaisuaineen vaikutusta tehostetaan valolla, kertoo hammaslääkäri **Reetta Suokas** Kaivopuiston Hammaslääkäriasemalta.

Ennen ja jälkeen

Valkaisun aste ja sopiva menetelmä päättään hoitotilanteessa.

– Suomalaiset asiakkaat eivät halua lumenvalkoisia jenkkihymyjä. Luonnolliset sävyt ovat suosituimpia, Suokas kertoo.

Reikien paikkaaminen ja hammaskiven poisto kannattaa tehdä ennen valkaisu. Jos hampaissa on alkavia reikiä tai kariespesäkkeitä, niitä ei voida valkaista. Valkaisun lopputulokseen vaikuttavat vetyperoksidin lisäksi aineen vaikutusaika sekä perintötekijät. Vaalennusastetta ei voida täysin ennustaa etukäteen, sillä esimerkiksi kellertävät hampaat vaalenevat harmahtavia helpommin.

Valkaisutoimenpide kestää noin tunnin ja on turvallinen niin hampaille kuin niiden kiilteellekin. Valkaisun jälkeen hampaita voi tosin hieman vihloa.

Mitä seuraavaksi?

Vastaanotolla tehty valkaisuun jälkeen hampaat pysyvät valkoisina yhdestä seitsemään vuotta. Tulos on pysyvä, mutta se ei pysäytä iän mukanaan tuomaa tummenemistä, eikä hoito ei suojaa tulevilta värjäytymiltä. Ylläpitohoitoon riittävät jatkossa kotivalkaisut muutaman vuoden välein. Vaaleuden vaalimisessa auttaa myös värjäytymistä estävä hammastahna.

VASTAANOTOLLA

Valoaktivoidut geelivalkaisut

KENELLE: Kun halutaan näkyvää muutosta. Voimakkaasti värjäytyneille hampaille.

MITEN: Hampaisiin levitettävän valkaisu-geelin vaikutusta tehostetaan valolla. Toimenpide kestää 1,5–2 tuntia. Hampaat vaalenevat 8–12 astetta.

HINTA: Noin 400–500 €.

KÄYTETTY VALOT: UV, laser, plasma.

MENETELMÄT: Esimerkiksi Zoom, Rembrandt, LaserSmile, Bright-Smile.

+ Nopea ja tehokas. Pitkäkestoinen lopputulos.

- Hintava. Voi vihloa hieman.

Hollywood Smile, Hietalahdenranta 11 A 1, Helsinki. P. (09) 6150 0072.

TESTATTU:

LaserSmile-laservaalennus, 390 €.

”Suu avattiin levittimellä ja ikenet suojattiin kovetinaineella. Hampaisiin levitettiin geeliä, minkä jälkeen niitä valohoidettiin laserilla. Tauon jälkeen hampaisiin vaihdettiin uusi geeli ja valohoito toistettiin. Hoitaja varoitteli vihlonnasta, mutta selvisin vähällä. Hoitopäivän iltana tuli pari nopeaa vihlaisua, muttei jatkuvaa särkyä. Olen lopputulokseen tosi tyytyväinen – sain vaaleat ja puhtaan oloiset hampaat.”

Geelivalkaisut

KENELLE: Lievästi värjäytyneiden hampaiden kevyeen kirkastamiseen.

MITEN: Hampaisiin levitetään valkaisu-geeliä, jonka annetaan vaikuttaa kaksi kertaa 20 minuuttia. Toimenpide kestää tunnin ja hampaat vaalenevat 3–5 astetta.

HINTA: Noin 200 €.

+ Nopea. Kotona ei tarvitse nähdä vaivaa. Edullisempi kuin valolla tehtävä valkaisu.

- Ei yhtä tehokas kuin valohoito.

Kaivopuiston hammaslääkäriasema, Vuorimiehenkatu 2 B 51, Helsinki. P. (09) 660 949.

TESTATTU:

Yotuel-geelivalkaisu ilman valoa, 220 €.

”Hoito ei tuntunut pahalta, mutta oli hassua maata selällä suu auki pitkään. Suu avattiin kumirenkaalla, joka peitti huulet ja ikenet suojattiin suoja-ainella. Hampaat vaalenivat jonkin verran, itse ainakin huomaan eron. Aluksi väri oli laikukas, mutta se tasottui pian. Tulos on juuri sopivan luonnollinen.”

APTEEKISTA JA KAUPASTA

Valkaisukynät ja -puikot

Vetyperoksidiopohjaista valkaisuainetta sivellään hampaiden pinnalle kotona useita kertoja päivässä. Näin voidaan ”kirkastaa hymyä” tai ylläpitää hammaslääkärin tekemää valkaisua.

TESTATTU:

Yotuel Tooth Whitening Stick -valkaisukynä, noin 20 €.

”Käytin kynää kaksi viikkoa aamuin illoin. Käyttö oli helppoa. Aineen sai töpöteltä hampaiden väleihin, johon sitä halusinkin. Hampaiden väri ehkä tasoittui, mutta isoa muutosta en huomannut. Valkaisua varten en ostaisi, mutta valkaisun ylläpitoon kyllä.”



APTEEKISTA JA KAUPASTA

Hammastahnat

Valkaisevat hammastahnat ovat mekaanisesti hampaan pintaa hankaavia, kemiallisesti värjäytymiä poistavia tai vetyperoksidiopohjaisia. Tahnat eivät nimestään huolimatta valkaise hampaista, vaan poistavat pinnallisia värjäytymiä. Ne sopivat päivittäiseen tai kuuriluontoiseen käyttöön hampaiden kirkastamiseen. Liian voimakkaassa harjauksessa ja vuosia jatkuneessa käytössä mekaanisesti hankaavat tahnat voivat vaurioittaa hammaskiillettä.

Denivit Express White -hammastahna sisältää hankaavia ainesosia, jotka poistavat hampaiden värjäytymiä, 4,95 €. Tahnaa käytetään tehohoitona viikon ajan aina tarvittaessa.

Rembrandt Sensitive -valkaiseva hammastahna vähentää myös hampaiden vihlonnasta, 13,50 €. Toimii sekä kemiallisesti että hankaavasti.

Yotuel Classic -valkaisevan hammastahnan entsyymit poistavat pinnallisia värjäytymiä, 7,50 €.



HAMMASLÄÄKÄRILTÄ KOTIKÄYTTÖÖN

Kotivalkaisu valkaisumuotteilla

KENELLE: Lievästi värjäytyneille hampaille. Myös valkaisun ylläpitoon.

MITEN: Hammaslääkärin hampaista ottamiin muotteihin levitetään kotona valkaisuainetta ja niiden annetaan vaikuttaa suussa öisin tietty aika. Tulokset näkyvät parin viikon kuluttua. Muottien käyttö lopetetaan kun hampaat ovat vaalentuneet halutun verran. Toimenpide hammaslääkärillä kestää 15 minuuttia ja hampaat vaalenevat 3–5 astetta.

HINTA: Muotit noin 250–300 €. Jatkokäytössä valkaisu-geeli noin 30 €.

+ Helppo käyttää kotona milloin haluaa. Muotin hankinnan jälkeen käytössä edullinen.

- Vaatii viitseliäisyyttä.

TESTATTU:

Valkaisulusikat, 250 €.

”Vaikka menetelmä vaikutti aluksi hankalalta, se olikin yllättävän helppoa. Valkaisuaine oli helppo annostella muotteihin eikä pahaa makua ollut. Muotit tuntuivat suussa pehmeiltä ja nukuin yöni hyvin. Hampaissa oli aamuisin pientä vihlonnasta, joka hävisi fluoriliuoksen purskuttelulla. Käytin valkaisumuotteja viisi yötä ja olen tulokseen tyytyväinen. Suuri kertsaus kannatti, sillä nyt minulla on muotit valmiina, joita voin käyttää aina kun tarve vaatii.”

Hammaslääkärit, Kaisaniemenkatu 3 B 33, Helsinki. P. (09) 6124 0301.