

Wetenschappelijk onderbouwd: zeven interessante vragen en antwoorden over bleekbehandelingen

Kan ik mijn tanden bleken terwijl ik slaap?

Met een op maat gemaakt bitje kunt u uw tanden bleken terwijl u slaapt! Uit een universitair onderzoek is gebleken dat Opalescence™ 10%-bleekgel tijdens bleekbehandelingen 's nachts gedurende 8–10 uur actief blijft.¹

Kan ik mijn tanden bleken als ik een (doorzichtige) beugel draag?

Ja! Als u een beugel draagt, kunt u uw tanden bleken met de voorgevulde bleekbitjes van Opalescence Go™ die passen over de aanwezige draden en slotjes.² U kunt uw tanden ook bleken als u doorzichtige beugels draagt, ook wel aligners genoemd. U gebruikt dan een Opalescence-bleekgel die vanuit een spuit in de beugels wordt aangebracht.³ Tijdens het bleken verspreidt de peroxide uit de bleekgel zich door de hele tand. Daardoor zal zelfs het gedeelte onder de slotjes van uw beugel meebleken.



Helpt het om tijdens het bleken uv- of ledlicht te gebruiken?

Uit onderzoek blijkt steeds weer dat uv- of ledlicht de werking van bleekbehandelingen niet verbetert.⁴ Uit sommige onderzoeken is zelfs gebleken dat het gebruik van dergelijk licht bij bleekbehandelingen schade kan toebrengen aan de lippen en het tandvlees.⁵ Bovendien staan deze toepassingen erom bekend dat er een terugval in kleurtint mogelijk is.

Hoelang behouden mijn tanden hun wittere kleur?

Dat hangt af van een aantal factoren. Er zijn allerlei dingen van invloed op hoelang uw gebit wit blijft, van biologische factoren tot uw voedingspatroon. Opalescence-bleekbehandelingen helpen vergeleken met bleekproducten van concurrerende merken wel bij het verminderen van een terugval in kleurtint.⁶ Ook een goede blekende tandpasta (zoals Opalescence™ Whitening Toothpaste) kan de tijdsduur tussen behandelingen helpen verlengen.

Wordt het een klierboel en krijg ik er een pijnlijk gebit of pijnlijk tandvlees van?

De kleverige, viskeuze formule voorkomt dat Opalescence-bleekgel uit het bitje stroomt, zoals bij andere bleekproducten het geval is.⁷ Het is dan wel belangrijk om de gel niet te veel door uw mond te bewegen. Als de gel te lang op uw tandvlees blijft, kan dat tot irritatie of pijn leiden. Voorkom ongemak door u goed aan de instructies te houden. Lees hoe u de voorgevulde bitjes op de juiste manier aanbrengt en hoe u de gel in het bitje spuit. Gebruik Opalescence Sensitivity Relief Whitening Toothpaste voor en tijdens bleekbehandelingen om pijn aan het gebit zoveel mogelijk te beperken.

Is bleken duur?

De kosten van een bleekbehandeling kunnen sterk variëren en hangen af van de behandeling die u gebruikt en waar u deze koopt. Vrij verkrijgbare bleekproducten zijn het goedkoopst, maar mogelijk niet het meest effectief. Ze zijn namelijk niet precies aangepast aan uw behoeften. Bovendien kunnen ze zorgen voor overgevoelige tanden. Andere, door tandartsen uitgevoerde bleekbehandelingen voor het gebit zijn mogelijk duurder, bijvoorbeeld door de kostbare lampen of lasers die tijdens de bleekbehandeling worden gebruikt, ook al leveren deze accessoires meestal geen enkel extra voordeel op. De Opalescence-bleekbehandeling biedt de voordelen van een door de tandarts voorgeschreven bleekbehandeling, maar dan zonder kostbare foefjes, waardoor de prijs-kwaliteitsverhouding optimaal is. Bespreek de specifieke kosten met uw tandartspraktijk, om te kijken welke bleekbehandeling voor u de beste optie is.

Ik wil mijn tanden gaan bleken, wat moet ik nu doen?

Uw tandartspraktijk kan u helpen bij het vinden van een goede bleekbehandeling. U kunt hier terecht voor het bepalen van uw behandeling, het uitzetten van een tijdslijn en een kleurtintcontrole. Zij begrijpen uw specifieke behoeften en wensen en kunnen (waar nodig) overgevoeligheidsverschijnselen verhelpen.



1. Matis BA, Gaiao U, Blackman D, Schultz FA, Eckert G. In vivo degradation of bleaching gel used in whitening teeth. J Am Dent Assoc. 1999;130(2):227–35.
2. Jadad E, Montoya J, Arana G, Gordillo LAA, Palo RM, and Loguercio AD. Spectrophotometric evaluation of color alterations with a new dental bleaching product in patients wearing orthodontic appliances. Am J Oxford Dentofacial Ortho. 2011;140(1):e43-47.
3. Sword RJ, Haywood VB. Teeth Bleaching Efficacy During Clear Aligner Orthodontic Treatment. Compend Contin Educ Dent. 2020; 41(5):e11–e16. PMID: 32369381.
4. Maran, Bm, A Burey, Tdp Matos, Ad Loguercio, and A Reis. “In-Office Dental Bleaching with Light vs. without Light: A Systematic Review and Meta-Analysis.” Journal of Dentistry 70 (2018): 1-13.
5. Bruzell EM, Johnsen B, Aalerud TN, Dahl JE, Christensen T. In vitro efficacy and risk for adverse effects of light-assisted tooth bleaching. Photochem Photo Bi Sci. 2009;8(3):377–385.
6. Grobler SR, Majeed A, Hayward R, et al. A Clinical Study of the Effectiveness of Two Different 10% Carbamide Peroxide Bleaching Products: A 6-Month Follow-up. Int J Dent. 2011;167525. doi: 10.1155/2011/167525.
7. Caughman WF, DMD, Frazier KB, Haywood, VB. Carbamide peroxide whitening of non- vital single discolored teeth: Case reports. Quintessence Int. 1999;30(3):155-61.