

jolie.de



Februar/März 2026

DEUTSCHLAND 4,90 €

ÖSTERREICH 5,20 €  
SCHWEIZ 9,00 CHF

**BEST OF  
K-BEAUTY**  
Die asiatische Pflegeroutine  
für zu Hause

**DER  
BESTE  
KARRIERE-  
TIPP  
MEINES  
LEBENS**  
8 Frauen verraten ihr  
Erfolgsgeheimnis

**DIE  
COOLSTEN  
HAIRSTYLES  
DER  
SAISON**

Modern-Waves  
+++ Mini-Braids +++  
Low-Knots

**DIE  
NEUE  
TREND-  
LISTE**

Statement-Dresses, Red-Bags,  
Napoleon-Jackets & Co.:  
Diese Highlights empfehlen  
Fashion-Profis jetzt

Emili Sindlev

So gelingt der Einstieg ins Show-Biss

Wenn die Stars ihren Smile-Scheinwerfer anknipsen, holt man am besten gleich seine Sonnenbrille raus. So weiße Zähne gibt's doch nur in Hollywood? Stimmt nicht, mit der richtigen Pflege und unseren Tipps kann jeder ein strahlendes Lächeln bekommen

TIPP: UM DIR BEIM ZÄHNEPUTZEN DIE ZEIT ZU VERTREIBEN, VERSUCH DICH DOCH MAL AN UNSEREM ZAHN-QUIZ. WELCHEM PROMI GEHÖRT WELCHER MUND?



A



B



C



D



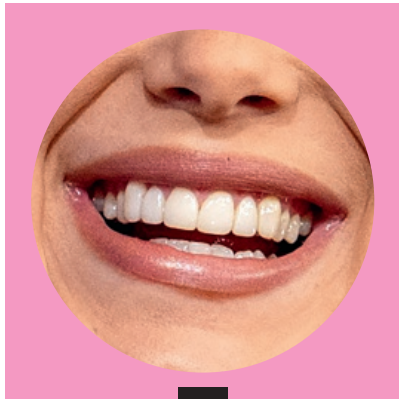
E



F



G



H



I





Unser Experte von Zahnfokus Düsseldorf, mehr Infos: [zahnfokus.de](http://zahnfokus.de)

WORLD OF **jolie**



SMILE!

Weitere Tipps und Tricks für schöne weiße Zähne findest du unter [jolie.de](http://jolie.de)

Woher kommen gelbe Zähne?

„Die Zahnfarbe wird durch mehrere Faktoren bestimmt“, erklärt Dr. med. dent. Maximilian Auf der Lanver. „Zum einen spielt die natürliche Zahnschmelz eine große Rolle – das darunterliegende Dentin (Zahnbein) ist gelblich, der Zahnschmelz eher transparent. Je nachdem, wie dick oder dünn dieser Zahnschmelz ist, scheint das Dentin stärker oder schwächer durch. Dazu kommen äußere Einflüsse, wie Kaffee, Tee, Rotwein, Nikotin.“ Klingt banal, ist aber sehr effektiv: die Vermeidungsstrategie. Wer lange was von einem weißen Lächeln haben möchte, verzichtet lieber auf diese Sünden oder trinkt farbige Getränke nur mit einem Strohalm. Ein Matcha-Latte ist ebenfalls ein Muntermacher – ohne zu verfärben.

Vermeidungsstrategie

Wenn die Verfärbung schon eingesetzt hat, gibt es zum Glück verschiedene Methoden, die Beißerchen wieder heller zu kriegen. Bevor es ans Putzen geht, befreien etwa kaltgepresste Öle beim Ölziehen den Mundraum von Krankheitserregern, Viren und Bakterien und sorgen für strahlend weiße Zähne. Eine weitere

Möglichkeit, Verfärbungen auf den Zähnen (vor allem von Tee und Kaffee) loszuwerden: Aktivkohle bindet Verschmutzungen an sich. Aber Vorsicht: Das Pulver sollte man zusammen mit einem Schluck Wasser lieber spülen als damit zu putzen! Die groben Partikel schleifen sonst den Zahnschmelz ab und zerstören die Schutzschicht.

Richtig putzen

Ritsche, ratsche, hin und her, Zähneputzen ist nicht schwer? Eben doch! Viele reinigen ihre Zähne nicht gründlich genug oder einfach falsch. Smarte Zahnbürsten, die sich mit einer App verbinden lassen und anzeigen, wie das eigene Putzverhalten optimiert werden kann (z.B. Playbrush, Oclean X, Philips Sonicare), versprechen Rettung. „Bald werden Zahnbürsten einfach nur noch in den Mund gelegt, die Zahnreinigung erfolgt dann völlig automatisch, ohne eigenes Handanlegen“, prophezeit unser Experte.

Beim Profi

White-Strips, aufhellende Zahnpasta oder Whitening-Kits – das Angebot für Home-Bleaching-Produkte boomen wie nie, sind allerdings laut Dr. Auf der Lanver mit Vorsicht zu genießen: „Beim Wunsch nach weißen Zähnen ist der Weg zum Zahnarzt unumgänglich. Nur hier findet man die für seine Zähne schonendste Methode.“ Das ärztlich beaufsichtigte Home-Bleaching „Philips Zoom! Take Home“ von Philips ist etwa eine wirkungsvolle Methode. Nach einer zahnärztlichen Untersuchung erhält der Patient Schienen mit einem individuell dosierten Bleaching-Gel. Dieses enthält ACP (amorphes Calciumphosphat), was den Zahnschmelz schützt, den Glanz verbessert und die Empfindlichkeit verringert. Danach trägt man die Schiene zwei Wochen tagsüber oder nachts. Das Ergebnis? Wahnsinn! (Kosten: ca. ab 400 Euro). Bei einem Blick in die Zukunft erklärt der Zahnarzt, dass LED- und Laserbasierte Systeme immer präziser werden und eine komfortable, effektive Aufhellung versprechen, ebenso wie „Smart Bleachings“, wobei KI-gestützte Geräte genutzt werden, die die Zahnfarbe in Echtzeit analysieren und den Aufhellungsprozess individuell anpassen. ■



1 Individuelles Bleaching-Set: „Philips Zoom! Take Home“ von Philips, ca. 400 €, bei ausgewählten Zahnärzten • 2 Wirkt wie ein Magnet und löst Verfärbungen: „Intensive Whitening“ von Oral-B, 75 ml, ca. 7 € • 3 Zum Ölziehen: „188 Mouth Microbiome Care Oil Pulling“ von Oliveda, 200 ml, ca. 40 € • 4 Schallzahnbürste: „Eco Vibe 3+“ von Happybrush, ca. 70 € • 5 Mit Langzeit-Whitening-Technologie: „Beauty White Booster“ von Rapid White, 30 ml, ca. 10 €

**AUFLÖSUNG**  
A Harry Styles B Leni Klum C Kaia Gerber D Timothée Chalamet  
E Toni Garrn F Kendall Jenner G Emma Watson H Millie Bobby Brown I Miley Cyrus

TEXT: FRANZISKA SEMPELL; FOTOS: ACHIMFRANK SCHMIDT, GETTY IMAGES (6), PR (5), DPA/PA (3)

goovi  
good. easy. natural.



Michelle Hunziker,  
Gründerin von goovi



BEAUTY IN & OUT, DAS IST DIE WELT VON GOOVI  
Eine Marke, die mit Nahrungsergänzung, Gesichtspflege,  
Körperpflege und Make-up für Wohlbefinden und gute Laune in deinem Alltag sorgt.