



Hausmittel gegen Mundgeruch

Der einfachste Weg, Freunde zu verlieren, ist Mundgeruch. Wenn Sie sehen, dass sich Menschen abwenden, während Sie mit ihnen sprechen, halten Sie Ihre Handfläche nahe an Ihrem Mund und atmen Sie den Atem ein, den Sie ausstoßen. Sie werden der beste Richter sein. Ursachen für Mundgeruch: Schlechte Zahnhygiene ist einer der Hauptgründe für Mundgeruch. Wenn Speisereste zwischen Zahnhöhlen stecken, können sie schlecht riechen. Zahnfleischerkrankungen - Gingivitis - sind ebenfalls eine der Hauptursachen und es sollte frühestens ein Zahnarzt aufgesucht werden. Bestimmte Lebensmittel, die stark scharfe Gewürze mit Zwiebeln und Knoblauch enthalten, verursachen Mundgeruch. In Zeiten, in denen der Mund sehr …



Der einfachste Weg, Freunde zu verlieren, ist Mundgeruch.

- Verdünnen Sie $\frac{1}{2}$ Teelöffel Apfelessig in einem Glas Wasser und verwenden Sie es als Mundwasser. Es ist sehr effektiv, um Mundgeruch zu beseitigen.
- Der Verzehr einer Orange, Zitrone oder Grapefruit ist eine interessante Möglichkeit, Mundgeruch zu bekämpfen, da die Säure in der Frucht die Bildung von Bakterien verhindert.

- Das Kauen auf frischen Minzblättern oder Petersilienblättern ist eines der bekanntesten Mittel gegen Mundgeruch.

- Trinken Sie eine Tasse ungesüßten Schwarztee, da dieser auch die Mundbakterien entfernt.
- Tragen Sie einige Gewürze wie Kardamom oder Nelken und kauen Sie oft darauf.

Besuchen Sie uns auf: natur.wiki