Kurkuma Zahnaufhellung - mit Rezepten

Gibt es gesunde Möglichkeiten, Ihre Zähne aufzuhellen? Wetten, dass es welche gibt? Für eine natürlichere Alternative zur rezeptfreien oder zahnärztlichen Zahnaufhellung sollten Sie Kurkuma verwenden! Der leuchtende orange-gelbe Farbton der Gewürzkurkuma kann Currys und Eintöpfe beleben, aber wussten Sie, dass dies auch Ihre Zähne weißer machen kann? Kurkuma Zahnweißpräparate werden immer beliebter. Die gelbe Farbe der Kurkuma kommt vom Curcumin in der Wurzel. Menschen verwenden Kurkuma für eine Vielzahl von Gesundheits- und Wellnesszwecken – einschließlich Zahnaufhellung. Wer wusste? Niemand hat von Natur aus perfekte weiße Zähne. Tatsächlich reicht der Zahnschmelz von gelb bis bläulich-weiß. Mit der Zeit verfärben sich die Zähne normal und erscheinen cremefarben. Trotz der …

Gibt es gesunde Möglichkeiten, Ihre Zähne aufzuhellen? Wetten, dass es welche gibt? Für eine natürlichere Alternative zur

rezeptfreien oder zahnärztlichen Zahnaufhellung sollten Sie Kurkuma verwenden!

Der leuchtende orange-gelbe Farbton der Gewürzkurkuma kann Currys und Eintöpfe beleben, aber wussten Sie, dass dies auch Ihre Zähne weißer machen kann? Kurkuma Zahnweißpräparate werden immer beliebter. Die gelbe Farbe der Kurkuma kommt vom Curcumin in der Wurzel. Menschen verwenden Kurkuma für eine Vielzahl von Gesundheits- und Wellnesszwecken – einschließlich Zahnaufhellung. Wer wusste?

Niemand hat von Natur aus perfekte weiße Zähne. Tatsächlich reicht der Zahnschmelz von gelb bis bläulich-weiß. Mit der Zeit verfärben sich die Zähne normal und erscheinen cremefarben. Trotz der hohen Kosten und möglichen Schäden am Zahnschmelz bleibt die Zahnaufhellung eines der beliebtesten und am häufigsten nachgefragten zahnärztlichen Verfahren. ((Link entfernt))

Warum ist Kurkuma gut für Ihre Zähne?

Herkömmliche Zahnaufhellungsbehandlungen können für die Zähne hart sein und zu Zahn- und Zahnfleischempfindlichkeit führen. Kommerzielle Bleaching-Behandlungen halten nicht lange an. Sie halten Sie vielmehr in einem Zyklus und wiederholen den Vorgang immer wieder.

Im Gegensatz dazu ist Kurkuma ein ungiftiger Hauptbestandteil mit antioxidativen, analgetischen, entzündungshemmenden und antiseptischen Eigenschaften. Dies macht es zu einer natürlichen Wahl für den oralen Gebrauch. Und es ist weitaus billiger als kommerzielle Behandlungen. ((Link entfernt))

Es mag nicht intuitiv klingen, eine gelbe Substanz auf Ihre Zähne aufzutragen, um sie aufzuhellen, aber Kurkuma spült sofort ab und ist weitaus weniger abrasiv als Aufhellungsstreifen. Es kann helfen, häufige Flecken von Speisen oder Getränken zu entfernen und zu verhindern, dass

Substanzen an Ihrem Zahnschmelz haften.

Unsere Empfehlung: (Link entfernt)

Wie man Kurkuma für Zahnaufhellung verwendet

Natürliche Zahnreinigungsmittel, einschließlich Kurkuma und Aktivkohle, sind sehr beliebt geworden. Sie können sogar vorbereitete natürliche Zahnpasta mit Kurkuma als Wirkstoff kaufen.

Eine andere Möglichkeit ist, Bio-Kurkumapulver auf Ihre Zähne zu reiben und einige Minuten ruhen zu lassen, bevor Sie es abspülen. Wenn Sie eine DIY-Zahnpasta auf Kurkuma-Basis herstellen möchten, ist dies einfacher, als Sie sich vorstellen können.

Unsere Empfehlung: (Link entfernt)

Kurkuma Zahnaufhellungsrezept

Um dieses Rezept für Kurkuma-Zahnpasta auszuprobieren, müssen Sie einige Vorräte sammeln und einige einfache Schritte ausführen.

Zutaten:

- Optimal: 1 Esslöffel Kokosöl
- 1 Teelöffel (Link entfernt)
- 1 Tropfen Kurkuma Extrakt
- Wattestäbchen
- Optional: 1 Tropfen ätherisches Pfefferminzöl

Zubereitung:

1. Mischen Sie das (Link entfernt), 1 Tropfen Kurkumaextrakt und Kokosöl (wenn gewünscht), um eine Paste zu erhalten. Das Kokosöl hilft der Kurkuma, auf den Zähnen zu bleiben.
2. Fügen Sie Ihrer Zubereitung einen Tropfen Pfefferminzöl hinzu (wenn gewünscht).
3. Tauchen Sie ein Q-Tip in die Mischung und tragen Sie es auf Ihre Zähne auf. Ein bis fünf Minuten einwirken lassen.
4. Als nächstes putzen Sie Ihre Zähne wie mit normaler Zahnpasta, um Plaquebildung zu entfernen.
5. Spülen.

Dies reicht für mehrere Verwendungszwecke aus. Vermeiden Sie es, es auf Ihr Waschbecken zu bekommen, da Kurkuma Porzellan und andere Oberflächen verfärben kann.

Unsere Empfehlung: (Link entfernt)

Kurkuma Mundwasser Rezept

Zutaten:

- 1 Teelöffel (Link entfernt)
- 400 ml Glas destilliertes Wasser

Zubereitung:

1. Mischen Sie die Kurkuma in ein Glas Wasser.
2. Spühlen Sie 60 Sekunden lang Ihren Mund damit aus.
3. Spucke die Flüssigkeit in die Spüle.

Bewahren Sie das übrig gebliebene Mundwasser im Kühlschrank auf.

Unsere Empfehlung: (Link entfernt)

Andere zahnärztliche Anwendungen

Kurkuma selbst hat viele gesundheitliche Vorteile und kann helfen, Ihre Zähne zu reinigen und die Mundhygiene zu fördern. Die interne Einnahme von Kurkuma – als Gewürz oder Ergänzung – fördert die Mundgesundheit und -hygiene von innen heraus. Das obige Kurkuma-Mundwasser-Rezept ist ebenfalls eine großartige Option. Im Folgenden finden Sie einige Möglichkeiten, wie Kurkuma in anderen Bereichen der Zahngesundheit helfen kann.

Zahnstärkung

Die ayurvedische Medizin betrachtet Kurkuma-Wurzeln als hervorragende Hilfe für die Zahngesundheit. Menschen haben es seit Jahrhunderten verwendet, um die Zähne zu stärken und eine gute Zahngesundheit zu erhalten. In einigen asiatischen und afrikanischen Ländern sind 80 Prozent der Bevölkerung für die Mundgesundheit auf traditionelle Arzneimittel wie Kurkuma angewiesen. ((Link entfernt))

Trockenpfannen

Alveoläre Osteitis, auch als Trockenpfannen bekannt, ist eine häufige Ursache für Zahnschmerzen bei älteren Menschen. Wenn Sie einen Zahn ziehen lassen und sich ein Blutgerinnsel nicht richtig entwickelt oder sich löst, bevor die Wunde heilt, können trockene Augenhöhlen auftreten. Kurkuma kann in solchen Situationen Beschwerden lindern, da bekannt ist, dass es Rötungen und Schwellungen im Körper verringert. ((Link entfernt))

Zahnfleischentzündung

Gingivitis ist, wenn das Zahnfleisch anschwellen und gereizt. Unbehandelt kann es sogar zu Zahnverlust und schwerwiegenden gesundheitlichen Komplikationen kommen. Während Kurkuma keine Krankheit heilt, können Sie

Kurkuma als Mundwasser verwenden, um Ihr Zahnfleisch gesund zu halten. Das Curcumin in Kurkuma hat entzündungshemmende Eigenschaften. Es hält auch schädliche Organismen im Mund ab. ((Link entfernt), (Link entfernt))

Gibt es irgendwelche Nebenwirkungen?

Kurkuma ist ein beliebtes Gewürz und Lebensmittel. Es ist sicher und hat bei normalem Gebrauch keine Nebenwirkungen. Als Mundspülung oder Paste stellt es kein bekanntes Gesundheitsrisiko dar. Der Konsum übermäßiger Mengen kann zu Magen-Darm-Beschwerden führen. ((Link entfernt))

Kurkuma kann Kleidung und Oberflächen mit seiner leuchtend gelben Farbe beflecken. Achten Sie darauf, nach Gebrauch gründlich zu waschen. Auf Ihren Zähnen hilft es eher, Flecken wie Kaffee oder Cranberry abzuwehren.

Punkte, die man sich merken sollte

Kurkuma ist ein wirksames und sicheres natürliches Heilmittel, um normale Flecken auf den Zähnen zu entfernen und die Bildung neuer zu verhindern. Wie viele Menschen mit Backpulver können Sie Kurkuma verwenden, um das Aussehen der Zähne aufzuhellen. Es kann auch helfen, den Mund sauber und frisch zu halten.

Die Herstellung Ihrer eigenen Kurkumapaste für ein weißeres Lächeln ist erschwinglich und einfach. Es kann Ihnen sogar Zeit und Geld sparen im Vergleich zu handelsüblichen Bleaching-Streifen oder Behandlungen in Ihrer Zahnarztpraxis.

Diese Küchenheftklammer kann dazu beitragen, Ihre Mundgesundheit zu verbessern und Ihnen weißere Zähne zu geben. Das ist etwas, worüber man lächeln kann!

Details

Besuchen Sie uns auf: natur.wiki