



Το

μόνο που θα χρειαστείς για να αποκτήσεις κατάλευκο χαμόγελο, είναι μια φράουλα!

Θα χρειαστείτε:

Μία ώριμη φράουλα, την οποία πολτοποιείτε και την ανακατεύετε με μισή κουταλιά μαγειρική σόδα.

Απλώνετε το μείγμα κατά μήκος των δοντιών με μία οδοντόβουρτσα. Αφήστε το μείγμα για 5 λεπτά και μετά ξεπλύνετε τα πολύ προσεκτικά με οδοντόκρεμα.

Μην ξεχνάτε ότι η φράουλα έχει ζαχαρίτσα άρα τα ξεπλύνουμε καλά. Χρησιμοποιείτε το μείγμα μία φορά την εβδομάδα. Επίσης, η σόδα σε οποιαδήποτε μορφή δεν θα πρέπει να είναι συχνή και εκτεταμένη, αφού μακροπρόθεσμα, το όξινο ανθρακικό νάτριο που περιέχει μπορεί να βλάψει το σμάλτο των δοντιών.

Πηγή: neadiatrofis.gr