

Najpierw nitka, potem szczotka

Dziś, 09:45

Uroda



Nitka dentystyczna to absolutna podstawa! (Fot. Thinkstok)

Zanim umyjemy zęby, najpierw należy skorzystać z nitki dentystycznej. "Nie wymyślono urządzenia, które lepiej oczyszczałoby przestrzenie międzyzębowe" - informuje stomatolog Agnieszka Laskus.

"Nie wymyślono urządzenia, które lepiej niż nitka dentystyczna oczyszczałoby przestrzenie międzyzębowe. Nie są w tym lepsze nawet szczotki elektryczne" - zapewnia dr Agnieszka Laskus.

Stomatolog zauważa, że nitka dentystyczna jako jedyna skutecznie dociera do przestrzeni międzyzębowych. Dopiero po jej użyciu należy umyć zęby szczoteczką. "Wówczas pasta jest w stanie wnikać w oczyszczoną przestrzeń. W przeciwnym razie poleruje się resztki jedzenia" - tłumaczy.

Co ciekawe, nitki należy używać po każdym posiłku, a nie tylko wtedy, kiedy pocujemy, że coś weszło nam między zęby. "Chodzi o to, żeby resztki pokarmowe tam nie zalegały i żeby to jedzenie się nie rozkładało. Przy zaleganiu resztek jedzenia bakterie mają z czego żyć. Z kolei właśnie bakterie rozkładając resztki jedzenia wydzielają nieprzyjemny zapach. Dlatego nawet jak nie mamy szczoteczki, a użyjemy nitki i przepłuczemy buzię wodą z kranu, to jest to lepsze niż jak będziemy na siłę polerować nie mając oczyszczonych przestrzeni" - kwituje.

PAP Life

Like

0 Comments

Sort by

Oldest



Add a comment...

REKLAMA

Najnowsze wiadomości



Bieszczady: Niedźwiedzica zaatakowała 27-latkę

Dziś, 09:30, Regionalne



Armani za młodu nigdy się nie uśmiechał...

Dziś, 09:00, Lifestyle



Kradli akumulatory z autokarów. Sprzedawali je n...

Dziś, 08:30, Regionalne



500 euro kary za wejście na... drzewo

Dziś, 08:15, Lifestyle



Raport: Zwiększa się skuteczność leczenia nowo...

Dziś, 07:30, Świat

Waluty

Kurs NBP z dnia 01.02.2018

GBP 4.751 zł **EUR** 4.150 zł

UAH 0.120 zł **USD** 3.335 zł

CHF 3.581 zł **CZK** 0.164 zł

Sport



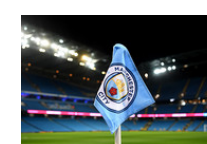
Formuła 1: Felipe Massa martwi się o następców

Dziś, 07:45, Sport



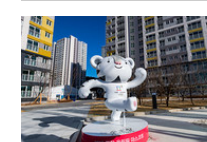
Nowakowska: Jadę ostro walczyć

Wczoraj, 19:00, Sport



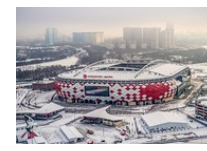
Rekordowe okno transferowe w Anglii

Wczoraj, 16:45, Sport



"Pozytywne wrażenia z wioski olimpijskiej"

Wczoraj, 14:30, Sport



Prawie pięć milionów
zamówień na bilety na mun...
Wczoraj, 12:45, Sport

REKLAMA

Galicjusz.pl
9,085 likes

Like Page Share

Be the first of your friends to like this

Wiadomości

- Regionalne
- Polska
- Świat
- Sport
- O tym się mówi
- Waluty

Wiadomości

- Aktywnie
- Lifestyle
- Ciekawostki

Wydarzenia

- Najbliższe wydarzenia
- Mapa wydarzeń
- Miejsca

Biuro

- O nas
- Kontakt