لا خوف بعد اليوم من اصفرار اسنانك ! [1]

يعاني الكثيرون من الناس من مشكلة اصفرار الأسنان ، وتتضرر منها النساء بشكل خاص لأنها تؤثر على جمالهن، وكما يختلف الناس في لون بشرتهم وشعرهم فإنهم يختلفون في لون أسنانهم، فتكون بعض الأسنان أكثر اصفراراً والآخرى تصفر مع تقدم السن.
نقدم إليكم هذه النصائح التي تساعدكم في التخلّص من اصفرار الأسنان:

- عصير الليمون يساهم في التخلص من اصفرار الأسنان

- استخدام معجون الأسنان يومياً والحرص على شراء أنواع تحمل ترخيصا من هيئة متخصصة في مجال العناية بالأسنان لضمان الجودة والفاعلية والأمان.

- التخفيف من تناول القهوة والشاي، فهذه المشروبات قد تتسبب في صبغ أسنانك.

- الماء والحليب يساعدان بشكل فعال فى تنظيف الأسنان بشكل تلقائي، كما ان الحليب على وجه الخصوص يحتوي على عناصر مبيضة ومغذية لصحة الأسنان.

- لاغنى عن خيوط تنظيف الأسنان، للتخلص من بقايا الاطعمة العالقة بين أسنانك.

المزيد... [1]

Copyright © 2019 AL HAYAT MEDICAL CENTERS. All rights reserved

Beyond Designs Web Development by:

Links

- Youtube
- Twitter
- Facebook
- Join our Centers

[1] https://www.hmc-jr.com/ar/content/%D9%84%D8%A7-%D8%AE%D9%88%D9%81-%D8%A8%D8%B9%D8%AF-%D8%A7%D9%84%D9%8A%D9%88%D9%85-%D9%85%D9%86-%D8%A7%D8%B5%D9%81%D8%B1%D8%A7%D8%B1-%D8%A7%D8%B3%D9%86%D8%A7%D9%86%D9%83

Youtube
Twitter
Facebook
Join our Centers