

## Σπιτικά... γιατροσόφια κατά του πονόδοντου

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)

---



Δοκιμάσατε την παλιά κλασική συνταγή με τις γαργάρες και το ούζο. Τίποτα. Προσπαθήσατε να πάρετε και μία ασπιρίνη. Πάλι τίποτα. Μα υπάρχει καμία θεραπεία για τον πονόδοντο που όντως να λειτουργεί;

Είναι γνωστό ότι όσο πιο κοντά στον εγκέφαλο έχετε έναν πόνο τόσο πιο αδυσώπητος είναι. Γι' αυτό φταίνει τα εγκεφαλικά νεύρα, κάτι που εσάς όμως ελάχιστα σας απασχολεί ειδικά μάλιστα όταν υποφέρετε από εκείνον τον απίστευτο πονόδοντο. Επειδή όμως οι περισσότεροι αποφεύγουν τον οδοντίατρο, όπως «ο διάολος το λιβάνι», μήπως να δοκιμάζατε άλλες σπιτικές συνταγές;

### **Προσπάθεια πρώτη...το παγάκι**

Πάρτε ένα παγάκι και πιέστε για 15 έως 20 λεπτά (τουλάχιστον 3-4 φορές την ημέρα) στο δόντι που σας πονά. Πολλοί λένε ότι το μούδιασμα στην περιοχή είναι ...βάλσαμο.

### **Σκόρδο...**

Τοποθετήστε μία σκελίδα σκόρδο με λίγο αλάτι στο δόντι σας. Εναλλακτικά,

μπορείτε να μασάτε μια σκελίδα σκόρδο κάθε πρωί, αλλά να έχετε στα υπόψη ότι ενδεχομένως δε θα είστε και ο πιο... αγαπητός της παρέας.

### **...κρεμμύδι**

Μία σπιτική συνταγή αναφέρει ότι αν μασώντας ωμό κρεμμύδι για περίπου 3 λεπτά, καταπολεμάτε όλα τα μικρόβια στο στόμα και εξασφαλίζετε την απαραίτητη προστασία για αρκετές από τις παθήσεις που απειλούν τα δόντια και τη στοματική υγιεινή.

### **Με άρωμα βανίλιας**

Ένα καλό σπιτικό γιατρικό για τον πονόδοντο είναι να τοποθετήσετε 2-3 σταγόνες εκχύλισμα βανίλιας στο δόντι που πονά. Αυτό θα σας παρέχει άμεση ανακούφιση και ...δροσερή αναπνοή, αντίθετα με το σκόρδο.

### **Ή πατάτας**



Εναλλακτικά μπορείτε να κόψετε ένα κομμάτι πατάτας και να το τοποθετήσετε στο δόντι σας για περίπου ένα τέταρτο. Προσοχή η πατάτα πρέπει να είναι ωμή. Στην ίδια λογική μπορείτε να πιέσετε και ένα σακουλάκι από τσάι, για τον ίδιο χρόνο.

### **Χυμός από σιτάρι**

Ο χυμός από το σιτάρι θεωρείται ένα εξαιρετικό στοματικό διάλυμα για την τερηδόνα και τη θεραπεία του πονόδοντου. Πολλοί μάλιστα ισχυρίζονται ότι ο χυμός αυτός, αντλεί τις τοξίνες από τα ούλα και ελέγχει την ανάπτυξη των βακτηρίων.

## Μπαχαρικά



Το έλαιο από το γαρύφαλλο (το μπαχαρικό όχι το λουλούδι) μπορεί να δράσει ως ένα ήπιο αναισθητικό και αν το εφαρμόσετε στην κοιλότητα του σάπιου δοντιού μπορεί να προσφέρει άμεση ανακούφιση. Σχεδόν το ίδιο αποτελεσματικό είναι το έλαιο από τη ρίγανη.

## Αλατοπίπερο

Μια πρέζα πιπέρι και  $\frac{1}{4}$  κουταλάκι αλάτι, ενδείκνυνται για να εμποδίσουν τη δημιουργία οδοντικών κοιλοτήτων, την αποκρουστική αναπνοή, την αιμορραγία από τα ούλα αλλά και τον πονόδοντο. Ακόμα, μία πρέζα πιπέρι ανακατεμένο με έλαιο γαρίφαλου (το μπαχαρικό πάλι, όχι το λουλούδι) μπορεί να είναι μία άλλη επιλογή για να απαλλαγείτε από τον πονόδοντο.

## Η «χημική» λύση



Για να απαλλαγείτε από τον έντονο πονόδοντο, δοκιμάστε να κάνετε γαργάρες με

κάποιο ειδικό αντισηπτικό διάλυμα στοματικής υγιεινής.

### **Στην υγείά σας**

Αντί για ούζο, μπορείτε να ποτίσετε ένα κομμάτι βαμβάκι με κονιάκ και να το πιέσετε στο δόντι που πονά. Το μούδιασμα από το αλκοόλ θα απαλύνει τον πόνο, ενώ για τους πιο...μερακλήδες, υπάρχει και η επιλογή του ουίσκι. Πιείτε μία γουλιά και κρατήστε την για λίγη ώρα πάνω από το πονεμένο δόντι. Αν θα καταπιείτε ή αν θα φτύσετε την γουλιά εξαρτάται από τον πόνο και τα ...κέφια σας.

### **Μη αλκοολούχες επιλογές**



Σε ένα ποτήρι γεμάτο νερό ανακατέψτε 1 κουταλάκι του γλυκού αλάτι και κάντε γαργάρες μετά από κάθε γεύμα και πριν τον ύπνο. Το αλάτι ενδεχομένως να λειτουργήσει καταπραϋντικά για τον πόνο σας.

Εάν παρά τα όποια γιατροσόφια δεν καταφέρατε να μειώσετε τον πόνο, καλό θα ήταν να επισκεφτείτε έναν οδοντίατρο. Μη ξεχνάτε ότι οι παραπάνω σπιτικές συνταγές μπορεί να είναι αποτελεσματικές στη μείωση του πόνου αλλά σε καμία περίπτωση δε διορθώνουν το πρόβλημα, που ενδεχομένως έχετε με το δόντι σας.

**Πηγή:** [clickatlife.gr](http://clickatlife.gr)