

Με ΑΥΤΗ τη Θαυματουργή Φυσική Συνταγή θα αποκτήσετε Κάτασπρα Δόντια σε Χρόνο Ρεκόρ!!!- BİNTEO

[/ Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Ο καθαρισμός των δοντιών με στοματικό διάλυμα είναι μέρος της καθημερινής ρουτίνας πολλών ανθρώπων. Η στοματική υγιεινή είναι σημαντική, αλλά αν δεν είστε προσεκτικοί, το στοματικό διάλυμα μπορεί να σας κάνει περισσότερο κακό παρά καλό.

Ο καρκίνος του στόματος έχει πολλούς παράγοντες κινδύνου και το Listerine και οι άλλες μάρκες του εμπορίου περιέχουν αλκοόλ το οποίο μπορεί να συνδέεται με αυξημένο κίνδυνο για καρκίνο του στόματος. Περίπου 48.000 Αμερικανοί και πάνω από 640.000 άτομα σε όλο τον κόσμο διαγιγνώσκονται με καρκίνο του στόματος κάθε χρόνο.

Μπορεί να εμφανιστεί στην γλώσσα, στην βάση του στόματος, στα ούλα και στα μάγουλα και νέα έρευνα λέει ότι μπορεί να ευθύνεται εν μέρη το στοματικό διάλυμα.



Τα περισσότερα στοματικά διαλύματα περιέχουν αλκοόλ, μαζί με άλλες τοξίνες και χημικά που θα μπορούσαν να θέτουν σε κίνδυνο την υγεία μας κάθε φορά που κάνουμε γαργάρες για καθαρή αναπνοή. Σε περίπτωση που δεν έχετε τσεκάρει τα συστατικά του στοματικού διαλύματος σας, ρίξτε μια ματιά σε μερικά από τα χημικά που μπορεί να κρύβονται σε αυτό:

1. Χλωρεξιδίνη: Το χημικό αυτό πιστεύεται ότι είναι η αιτία αυξημένης αρτηριακής πίεσης που σχετίζεται με τα στοματικά διαλύματα. Σύμφωνα με μια μελέτη που δημοσιεύτηκε στο περιοδικό *Free Radical Biology and Medicine*, η χρήση στοματικού διαλύματος δύο φορές τη μέρα μπορεί να προκαλεί αύξηση την αρτηριακή πίεση και να οδηγήσει σε σοβαρές καρδιακές παθήσεις.

Η χλωρεξιδίνη σκοτώνει τα καλά βακτήρια που είναι υπεύθυνα για την χαλάρωση των αγγείων στο σώμα.

2. Αλκοόλ: Το αλκοόλ ξηραίνει τις βλεννώδεις μεμβράνες στο σώμα και μειώνει το σάλιο, προκαλώντας άσχημη αναπνοή. Αλλάζει το pH του στόματος και του λαιμού και το *Dental Journal of Australia* ανακάλυψε αρκετές αποδείξεις ότι το αλκοόλ αυξάνει τον κίνδυνο ανάπτυξης καρκίνου του στόματος, του εγκεφάλου και του λαιμού.

3. Εξετιδίνη: Η υπερβολική πρόσληψη αυτού του χημικού μπορεί να προκαλέσει τον σχηματισμό θρόμβων σε σημεία του εγκεφάλου που ελέγχουν τις κινητικές και

νευρικές λειτουργίες και μπορεί να προκαλέσει βλάβη σε αυτά τα σημεία με τον καιρό. Το συστατικό αυτό μπορεί ακόμη να προκαλέσει ασταθή καρδιακό παλμό και αλλεργικές αντιδράσεις και θεωρείται καρκινογόνο.

4. Μεθυλσαλικυλικό: Μια κουταλιά αυτού του συστατικού ισούται με πάνω από 23.300 mg χαπιών ασπιρίνης. Η υπερβολική δόση μπορεί να οδηγήσει σε βλάβη στο συκώτι, απώλεια όρασης, χαμηλή πίεση, δυσκολία στην αναπνοή, σπασμούς, εμετό και πολλά ακόμη.

5. Μεθυλπαραβένιο: Το μεθυλπαραβένιο έχει εντοπιστεί σε ιστούς του καρκίνου του μαστού. Χρησιμοποιείται ευρέως στα στοματικά διαλύματα και τα γυναικεία καλλυντικά, όπως κρέμες και αποσμητικά. Μελέτες δείχνουν ότι μπορεί να αυξάνει την κίνδυνο εμφάνισης καρκίνου του μαστού ή να επιταχύνει την αύξηση των όγκων.



Πράσινο τσάι και απομάκρυνση της πλάκας

Τα καλά νέα είναι ότι υπάρχει μια πιο ασφαλής, φυσική (και οικονομική) μορφή στοματικού διαλύματος την οποία μπορεί να έχετε ήδη στην κουζίνα σας.

Ερευνητές μελέτησαν άτομα με περιοδοντική νόσο και άλλαξαν την διατροφή τους δίνοντας έμφαση στα λαχανικά, τα φρούτα, τα τρόφιμα ολικής άλεσης, τις πατάτες, τα φασόλια, τον αρακά, τις φάκες και τα μπαχαρικά και το νερό σαν το προτεινόμενο ρόφημα. Ζήτησαν από τους συμμετέχοντες να συνεχίσουν την

ρουτίνα στοματικής υγιεινής που ακολουθούσαν και μελέτησαν τα αποτελέσματα.

Ανακάλυψαν ότι η πιο υγιεινή διατροφή φάνηκε να ενισχύει την στοματική τους υγεία.

Ξέρουμε όλοι ότι πρέπει να αποφεύγουμε την ζάχαρη γιατί σαπίζει τα δόντια, αλλά οι επιστήμονες έχει ανακαλύψει πλέον και άλλες τροφές που μπορεί να έχουν αντίκτυπο στην στοματική μας υγεία. Ανακάλυψαν ότι το πράσινο τσάι εμποδίζει την ανάπτυξη βακτηρίων πλάκας στα δόντια μέσα σε λίγα λεπτά.

Μέσα σε 7 λεπτά μετά το ξέπλυμα των δοντιών με πράσινο τσάι, ο αριθμός των βλαβερών βακτηρίων πλάκας μειώθηκε στα δόντια των συμμετεχόντων περίπου στο μισό!

Όταν οι ερευνητές εξέτασαν την χλωρεξιδίνη ενάντια στο πράσινο τσάι, ανακάλυψαν ότι το πράσινο τσάι λειτουργεί καλύτερα στην μείωση της πλάκας, χωρίς όλα τα βλαβερά χημικά που περιέχει το στοματικό διάλυμα. Το πράσινο τσάι είναι ξεκάθαρα πιο ασφαλής επιλογή όσον αφορά στην υγεία.

Σκεφτείτε να αφήσετε το στοματικό διάλυμα για μια πιο ασφαλή και αποτελεσματική μέθοδο στοματικής υγιεινής. Δείτε πώς να το κάνετε:

Πηγή: newsitamea.gr