

قشر الموز لتبييض الأسنان

كل شخص يسعى لان يحافظ على صحة اسنانه بيضاء وناصعة، ويعتبر تنظيفها من اهم الأمور التي تحمي الأسنان من تراكم البكتيريا عليها والإصابة بالتسوس.

كثيرة هي المستحضرات التي يوصي اطباء الاسنان بإستعمالها في روتين العناية بالاسنان، لكن يبقى للخلطات الطبيعية مكانة في تبييض الأسنان.

ومن الأمور الطبيعية التي يمكن إستخدامها في عملية تبييض الاسنان قشر الموز لانه غني بالبوتاسيوم، المغنيسيوم والمنغنيز التي تتغلغل في الأسنان ما يساهم في جعلها أكثر بياضا. علما ان هذه التجارب لم يتم تأكيدها علميا بنتيجة 100% الا انها تملك فعالية كبيرة جدا.

وفي هذا المقال، سنتعرف معا على اهم المعلومات حول قشر الموز لتبييض الاسنان:

عند استعمال قشر الموز يجب ان يكون ناضجا ذات لون اصفر، غير مائل نحو الإسوداد طبعاً.

بعد اختيار القشرة المناسبة، قوموا بفرك اسنانكم بها من اللب الداخلي عدة مرات حتي ينتشر كل القشر على كافة الأسنان.

عند عملية تمرير القشر، احرصوا ان تبعدوا الشفاه عن اسنانكم او ان تتركوا فمكم مفتوحا لمدة 10 دقائق، حتى تمتص الأسنان هذه القشور.

بواسطة فرشاة اسنان، قوموا بفرك اسنانكم مع لب الموز الموجود عليها، هذه الخطوة تساعدكم على تبييض اسنانكم، على ان تكون حركة الفرشاة دائرية لكي يتغلغل اللب بين الأسنان ويمنحها البياض.

بعد الإنتهاء من فرك الاسنان، عليكم بغسل الفرشاة جيدا من بقايا قشر الموز ومن ثم ضعوا عليها معجون الأسنان الذي تستخدمونه وافركوا به أسنانكم لتنظيفها بشكل جيد ومن ثم قوموا بغسل اسنانكم بالماء.

يذكر ان نتائج استعمال قشور الموز تتطلب حوالى الأسبوعين من اجل

ان تظهر، على ان يتم استعمال هذه الطريقة بشكل يومي مرة واحدة في اليوم وينصح عند المساء عند تناول آخر وجبة طعام.