

ZAHNPASTA



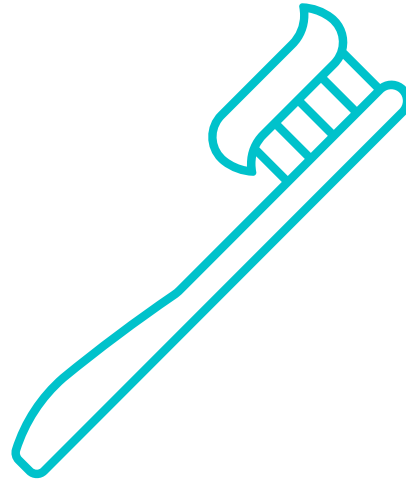
ZAHNPASTA KANN SEHR SCHNELL SELBST GEMACHT WERDEN. DIE SELBSTGEMACHTE PASTE ENTHÄLT ABER KEIN FLUORID, DAS IMMER NOCH VON ZAHNÄRZT*INNEN ZUR ZAHNREINIGUNG EMPFOHLEN WIRD. DIESE ANLEITUNG IST ALSO NUR ETWAS FÜR DICH, WENN DU DICH AKTIV GEGEN EINE REINIGUNG MIT FLUORID ENTSCHEIDEN MÖCHTEST.

ZUATEN

2 TL KOKOSÖL

1 TL FEINES NATRONPULVER

OPTIONAL: PFEFFERMINZÖL



ANLEITUNG

1

SCHMELZE DAS KOKOSÖL IN EINEM WASSERBAD. WENN ES FLÜSSIG IST, KANNST DU DAS NATRON UNTERÜHREN.

2

UM NOCH MEHR FRISCHEGEFÜHL BEIM ZÄHNEPUTZEN ZU HABEN, KANNST DU DANN NOCH WENIGE TROPFEN PFEFFERMINZÖL DAZU GEBEN.

3

ZUM ZÄHNEPUTZEN NUN DIE SELBSTGEMACHTE PASTE AUF DIE ZAHNBÜRSTE GEBEN UND PUTZEN. DAS KOKOSÖL WIRKT ANTIBAKTERIELL UND SORGT FÜR DIE REINIGUNG BEIM SCHRUBBEN.

4

DAS NATRON BESITZT ALKALISCHE EIGENSCHAFTEN, SCHAFFT EINEN ANGENEHMEN PH-WERT IM MUND UND KANN SÄUREN NEUTRALISIEREN, DIE DEN ZAHNSCHMELZ ANGREIFEN.