



Piccoli Rimedi Naturali, per Grandi Risultati

Rimedi Antichi, benefici moderni.

Alitosi – I Rimedi Naturali Contro l'Alito Cattivo

Introduzione

Un problema molto comune, soprattutto per chi si trova quotidianamente a contatto con colleghi o compagni di scuola. Ci sono alcuni rimedi naturali per risolvere questo problema, spesso dovuto ad un'igiene non proprio corretta o completa. Ad esempio c'è un rimedio che da solo risolve circa il 70% dei problemi legati all'alito cattivo. In questo mini ebook scoprirai quali sono i 3 rimedi più efficaci per risolvere questo problema in modo pratico. Quindi l'ebook è per scelta breve. Non si allungherà a parlare di vari discorsi, teorie e quant'altro, ma ti fornirà subito delle valide soluzioni.

Rimedio 1 - Stop Alitosi

Di rimedi naturali c'è ne sono parecchi, ma questo è uno dei più validi per risolvere il problema dell'alito pesante. Ecco cosa fare :

Prendi di un orologio da mettere vicino allo specchio del bagno.

La mattina appena alzato, lavati e sciaquati i denti per almeno 2 minuti, visualizzando l'orologio prima di partire.

Fatto ciò pulisci lo spazzolino ed inizia a pulire la lingua.

Dalla profondità della lingua fino alla punta. Pulisci e risciacqua bene. Fallo tutti i giorni e dopo un paio di giorni non avrai più l'alito cattivo. Nel 60-70% dei casi grazie a questo semplice

Alitosi – I Rimedi Naturali Contro l'Alito Cattivo

rimedio il problema si risolve con successo.

Rimedio 2 - Acqua Tiepida e Sale Marino

Se per sfortuna non sei rientrato nel 70% di successi con il metodo 1, allora prova questo secondo metodo. Spazzola denti, gengive e lingua con acqua tiepida e sale marino.

Rimedio 3 - Bicarbonato

Ancora niente? Non preoccuparti prova il Rimedio numero 3. Dopo esserti pulito i denti prendi il Bicarbonato di sodio e pulisci la lingua dal fondo del dorso alla punta. Fallo lentamente e con cura.

La maggior parte dei problemi di alito cattivo nasce proprio dalla lingua. Inoltre se utilizzi il Bicarbonato con il dentifricio per pulirti i denti, quest'ultimi dopo un periodo di tempo diventeranno più bianchi.

Grazie a questi 3 efficaci rimedi dopo un paio di giorni risolverai il tuo problema di alito cattivo. Se per puro caso non ci dovessi riuscire, allora la causa è altrove, quindi ti consiglio di fare una visita medica o di andare da un bravo dentista.

Non voglio essere ripetitivo, ma nel 70% dei casi basta fare questo per risolvere la cosa in modo veloce. Esiste in farmacia anche uno spray per l'alito. Questo spray, di soldito alla menta, si spruzza

Alitosi – I Rimedi Naturali Contro l'Alito Cattivo

direttamente in bocca durante il giorno. E' veramente comodo e ti evita di mangiare interi pacchetti di caramelle alla menta durante l'intera settimana.

Appuntamento Importante? Allora evita

Inoltre ci sono dei cibi e degli alimenti che è meglio evitare se si deve entrare in contatto con gli altri, se si ha un appuntamento importante o una riunione. Questi alimenti sono da evitare in tutti, anche in quelli che non hanno mai sofferto di alitosi.

Aaglio e cipolla in primis, ovviamente, ma ce ne sono molti altri. Ad esempio il vino, soprattutto quello rosso. Difficile togliere il suo odore visto che va a risiedere tutto il giorno nello stomaco a fermentare. Inoltre anche salumi e latticini possono fare la loro parte, ma se mangiati la sera.

Un'altra cosa utile da fare è quella di non pulirsi i denti subito dopo aver mangiato, ma di aspettare almeno 10/15 minuti e poi applicare il rimedio 1 o il rimedio 3 se si vogliono denti più bianchi.

Spero di esserTi stato di aiuto e che sei rientrato nel 70% dei casi di successo.

Alitosi – I Rimedi Naturali Contro l'Alito Cattivo

Buona fortuna!

“Cambia il modo di guardare le cose e le cose che guardi cambieranno”. Wyne Dyer

BeliceWeb

www.beliceweb.it

www.teletec.it

www.kiposta.com