

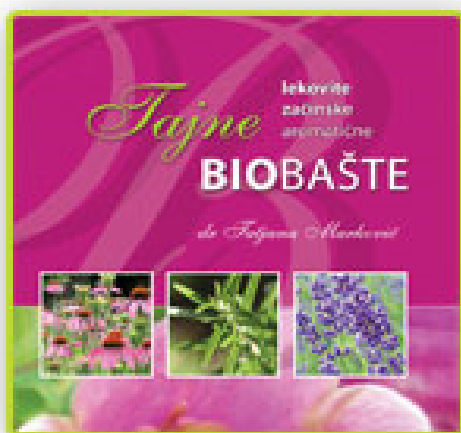
Bilje koje štiti vaše zube

Oralno zdravlje u velikoj meri zavisi od intaktnosti oralne sluzokože, ravnoteže oralne flore, urednoj funkciji pljuvačnih žlezda kao i od opšteg zdravstvenog stanja organizma. Narušavanje tog sklada ima za posledicu oboljenje usne duplje. Najčešći oralni simptomi koje ljudi navode su neprijatan zadah, žarenje i peckanje sluzokože, poremećaj ukusa, osećaj suvoće i krvarenje desni. Za bolesna stanja oralne sluzokože pored uobičajene terapije mogu se preporučiti određeni biljni pripravci i savetovati određena vrsta hrane i začina koji štite zube i sluzokožu i umanjuju neprijatan zadah.

Jedna od najčešće korišćenih biljaka u stomatološkoj praksi je **žalfija**. Ima jak aromatičan miris koji se sušenjem ne gubi. Njeno lišće deluje antiseptički, a tanini i gorke materije koje su takođe lekovite daju joj pomalo gorak ukus. Preporučuje se koristiti je u obliku vodica za ispiranje. Čaj se priprema tako što se jedna čajna kašičica lista žalfije prelije sa 2 dl vrele vode, pusti da odstoji 10 min, procedi i koristi.

Zbog svog etarskog ulja **kamilica** ima jako antiseptično i protivupalno dejstvo, a može se koristiti i kao vodica za ispiranje usta. **Cimet**, **ruzmarin** i **peršun** prikivaju neprijatan zadah. **Neven** poseduje antiseptična, antigljivična i antibiotska svojstva...

Ukoliko želite više da saznate o lekovitim biljkama i možda želite sami da osmislite i podignite svoju biobašticu bilja za začinsku, lekovitu ili aromatičnu primenu...(u kulinarnstvu, u pripremi jednostavnijih biljnih pripravaka za vašu kućnu apoteku, u pripremi mirisnih potpurija, jastučića i drugih korisnih predmeta od bilja za vaš dom i poklon dragim osobama)... pročitajte knjigu „Tajne lekovite, aromatične i začinske biobašte“ (Zainteresovani mogu posetiti sledeću web stranicu: www.lekovitabasta.com)



kontakt telefon: + 38164 86 74 761

Volite

svoju lekovitu biobašticu i
uživajte u njoj!