تعرف على (7) علاجات منزلية لإزالة البقع الصفراء من الأسنان

البقع الصفراء على الأسنان يمكن أن تكون مصدر قلق للكثيرين، ولكن هناك عدة علاجات منزلية بسيطة يمكن أن تساعد في تبييض الأسنان بأمان. وفقًا لتقرير نشرته صحيفة "India of Times"، يمكن استخدام مكونات يومية يسهل العثور عليها لتحقيق ذلك.

وإليك سبعة علاجات فعالة:

بيكربونات الصوديوم والليمون: مزيج من بيكربونات الصوديوم وعصير الليمون يمكن أن يعمل كمقشر لطيف للأسنان، لكن يجب استخدامه بحذر لتجنب تآكل مينا الأسنان.

زيت جوز الهند: المضمضة بزيت جوز الهند لمدة 15-10 دقيقة يمكن أن تساعد في إزالة السموم والبقع السطحية.

خل التفاح: يمكن استخدام خل التفاح المخفف كغسول للفم لتفتيت البلاك والبقع.

الفحم المنشط: يساعد الفحم المنشط على امتصاص البقع السطحية من الأسنان.

الفراولة وبيكربونات الصوديوم: تحتوي الفراولة على حمض الماليك الذي يساعد في إزالة البقع، وعند مزجه مع بيكربونات الصوديوم، يشكل مبيضًا طبيعيًا.

بيروكسيد الهيدروجين: يمكن استخدام بيروكسيد الهيدروجين مع بيكربونات الصوديوم لتكوين معجون يساعد في إزالة البقع الصفراء.

الخضروات المقرمشة: تناول الفواكه والخضروات المقرمشة مثل التفاح والجزر يمكن أن يعمل كفرشاة أسنان طبيعية12.