

Ich habe schlechte Laune, weil ...

Beitrag von „CMMChris“ vom 13. Dezember 2021, 21:32

Ich spüle seit 8 Jahren jeden Abend ein paar Minuten mit gesättigter Salzlösung nach dem Zähneputzen. Kräftig damit durchspülen und schön durch die Zwischenräume ziehen. Widerlich ja (man gewöhnt sich aber dran), aber wirkungsvoll. Ich hatte seitdem nie wieder Probleme mit Karies und auch keinerlei Zahnstein mehr. Und das, obwohl ich gerne Süßkram nasche.