

Öl-Ziehen heilt Zahnfleisch

Im Mund tummeln sich tausende Bakterienarten. Einige verursachen Zahnfleischentzündungen, Karies und Mundgeruch. Kokosöl entfernt den Keim-Plaque auf Zahnschmelz, Zunge und Zahnfleisch

REZEPT

Morgens nüchtern 1 Esslöffel zwischen Zähnen 5 Minuten hin- und her-spülen. Ausspucken (nicht schlucken!), Zähne putzen. Alle 3 Monate 20 Tage lang