

Echte Männer braucht das Land-

aber gepflegt!



www.mann-von-heute.de

Gelbe Zähne

Ihr Zahnarzt reinigt die Zähne mit speziellem Salzstrahl. Was Sie danach tun können, um die Wirkung möglichst lange aufrecht zu erhalten ist in erster Linie natürlich regelmäßiges Putzen (2-3x täglich). Dabei aber keine aggressiven Zahncremes verwenden, da diese die Zähne nachhaltig angreifen können. Außerdem sollten Sie grobes Schrubben vermeiden. Lediglich mit einem Druck von 150g (das ist weniger als Sie glauben) putzen. Außerdem sollten Sie Ihren Konsum von Nikotin, Rotwein, Kaffee, Tee und auch Cola einschränken oder ganz aufgeben, denn diese Sachen verursachen die unschönen Verfärbungen.