

Το λαχανικό που εξαφανίζει τις άφθες στο στόμα

Οι μικρές άσπρες ή κίτρινες πληγές που τσούζουν και εμφανίζονται στο εσωτερικό του στόματος, οι άφθες, είναι αρκετά ενοχλητικές και εμφανίζονται συχνά σε κάποια άτομα.

Η επικρατέστερη άποψη όσον αφορά το λόγο που εμφανίζονται είναι ότι ο οργανισμός δεν αναγνωρίζει το βλεννογόνο του στόματος ως δικό του και του επιτίθεται. Ένας άλλος βασικός παράγοντας για την εμφάνιση του προβλήματος είναι η κληρονομικότητα.

Ποιο είναι όμως το λαχανικό που βοηθά να εξαφανιστούν και να επουλωθούν γρήγορα οι άφθες; Το καρότο! Το συγκεκριμένο λαχανικό είναι πλούσιο σε καροτένια και βιταμίνη C, έχει ισχυρή αντιοξειδωτική και αντισηπτική δράση. Για να επουλωθούν γρήγορα οι άφθες ακολουθήστε την παρακάτω συνταγή: Βράστε 2 καρότα για 15 λεπτά σε 2 φλιτζάνια νερό και, αφού αφήσετε το νερό να κρυώσει, κάνετε με αυτό στοματικές πλύσεις. Αν κάνετε με το αφέψημα στοματικές πλύσεις πρωί και βράδυ, θα «σβήσουν» γρήγορα οι άφθες.

Πηγή: www.medicalnews.gr