

## وصفات منزلية بسيطة لالتهابات اللثة



الاثنين 13 فبراير 2017 10:02 م

أحيانا يتعرض البعض لالتهابات اللثة التي تسبب آلاما مزعجة، ولكن هناك بعض الوسائل الطبيعية التي تعالج هذه الالتهابات

### ومن طرق العلاج:

- 1- غسل الأسنان بمنقوع أوراق النعناع
- 2- تدليك الأسنان بزيت السمسم أو جوز الهند
- 3- الإكثار من فيتامين ج مثل الليمون
- 4- تناول كمية وافرة من الحبوب والخضراوات والفاكهة
- 5- استخدام مسحوق الفلفل الحار ومعجون الأسنان
- 6- تدليك اللثة المنتفخة بمسحوق القرنفل