

TANNHVÍTTUN

MÍÐVIKUDAGUR 16. MAÍ 2012

Kynningarblað Fallegt stjörnumbros, drykkir sem gefa lit, tannburstun barna..

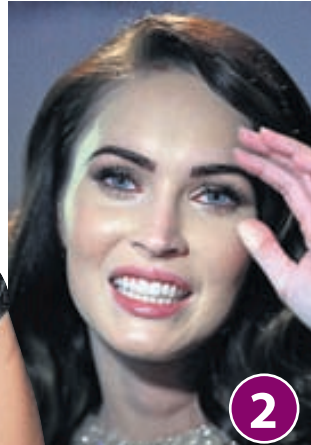




1

Fallegustu og hvítustu stjörnubrosin

Stjörnurnar í Hollywood kunna svo sannarlega listina að brosa. Brosin eru vel æfð og tennurnar vel hirtar og skínandi hvítar.



2



3



4



5



6



7

- 1 Þetta brosi er mikils virði því samkvæmt stjörnulista Forbes er Gisele Bündchen hæst launaða fyrirsæta í heimi. Og fallegt er það...
- 2 Megan Fox hefur skotist upp á stjörnuhimininn með miklum hraða og getur þakkað það að miklu leyti glæsilegu útliti sínu og fallegu brosi. Brosið þykir kvenlegt og það þykir auka sjarma hennar að það er örlítið skakkt.
- 3 Bros Bridget Moynahan dregur fram fallega og ákveðna andlitsdrætti hennar, há kinnbein og djúp, brún augu.
- 4 Bros Scarlett Johansson löðrar hreint og beint af glæsileika. Þrýstnar varir hennar ramma hvítar tennurnar fallega inn þannig að brosið verður óborganlegt.
- 5 Bros Jessicu Alba er í fagurfræðilega réttum hlutföllum og er glæsilegt frá öllum hliðum. Ekki skemma perluhvítar tennurnar fyrir heldur.
- 6 Jennifer Garner á sér marga aðdáendur. Bros hennar er talið vera einkar aðlaðandi og hæfa þessari fallegu konu.
- 7 Bros Katherine Heigl er einstakt að því leyti að framtennur hennar eru örlítið framstæðar. Það þykir auka enn frekar á persónutófra hennar.

NORDIC PHOTO/GETTY

Tannhvíttunarefni sem tannlæknar mæla með

GUM Original White tannhvíttunarefni eru öflugt munnskol og tannkrem sem gera tennurnar hvítar og gefa fallelgra brosi.

Tannlæknar mæla með GUM Original White tannhvíttunarefni en efnið verndar tennurnar, viðheldur almennri tannheilsu og heilbrigði tanna og tryggir að tennurnar haldi sínum styrk. „Efnið hreinsar burt gamla bletti og óhreinindi og fyrirbyggir nýja bletti. Tennurnar fá sinn upprunalega lit aftur,“ segir Birna Gísladóttir, viðskiptafræðingur og markaðsfulltrúi fyrir GUM tannvörur. Icecare flytur vörurnar inn en fyrirtækið var stofnað á vörmauðum 2010 og markmið þess er að bjóða upp á breitt vöruval af tannvörum og heilsvörum sem bæta heilsu viðskiptavina á hagstæðu verði.

„GUM er sérstök blanda sem er varin einkaleyfi sem hreinsar betur en bleikiefni. Varan inniheldur hins vegar engin

Birna Gísladóttir segir tennurnar fá sinn upprunalega lit með notkun tannhvíttunarefnisins.



MYND/GUNNAR

bleikiefni en þau geta skaðað náttúrulega vörn tanna. GUM geta allir notað að staðaldri og bæði tannkremið og munnskolið innihalda mikið flúor,“ segir Elísabet.

GUM Original White fæst í öllum apótekum, Fjarðarkaupi og verslunum Hagkaups.

GUM Original White tannkremið og munnskolið innihalda mikið flúor og vernda tennurnar.

Tannlæknar mæla með GUM Original White tannhvíttunarefni en efnið verndar tennurnar, viðheldur almennri tannheilsu og heilbrigði tanna.

RAUÐVÍN OG KAFFI UPPLITA TENNUR

Tennurnar skipta

alla máli. Brosið verður ekki fallegt nema tennurnar séu heilar. Þess vegna skiptir máli að halda þeim heilbrigðum og fallegum.

Til að viðhalda heilbrigðum tönnum ætti fólk alltaf að bursta tennurnar fyrir morgunmat, sagði sérfræðingur á sjónvarpsstöðinni Fox nýlega og bætti því við að þetta skipti máli fyrir heilsuna. Eftir nóttina eru bakteríur í munninum sem ætti að þrifa fyrir morgunmat. „Burstið tennurnar vel, í að minnsta kosti tvær mínútur kvölds og morgna. Skolið munninn með vatni eftir morgunmatinn.“

Sérstaklega áriðandi er að skola munninn með vatni eftir neyslu á súrum drykkjum. Ekki ætti að hafa appelsínudjúsi með kvöldmatnum. Kaffi, te, rauðvín og tóbak fara illa með tennurnar. Glerungur tannanna dökkar við neyslu á þessum drykkjum. Sömuleiðis upplitast glerungurinn með árunum.

Best er að ráðfæra sig við tannlækni varðandi tannhvíttun. Til eru efni sem geta skaðað tennurnar í stað þess að gera þær hvítar. Með því að bursta tennur kvölds og morgna og nota tannþráð haldast tennurnar hreinar og fallegar. Reglubundið eftirlit hjá tannlækni er sömuleiðis nauðsynlegt.

Epli eru góð fyrir tennurnar og hreinsa glerunginn. Ágætt ráð er að fá sér sykurlaust tyggjó eftir matinn. Það hreinsar tennurnar.



Bursta þarf tennurnar í að minnsta kosti tvær mínútur kvölds og morgna,



Börn sem náð hafa fjögurra ára aldri eiga öll að hafa komið til tannlæknis. NORDIC PHOTO/GETTY

TENNUR OG BÖRN

Fyrstu tennur barna koma yfirleitt í kringum sjö mánaða aldur. Það er þó mjög mismunandi eftir einstaklingum og er það að sumu leyti háð erfðum. Barnatennurnar eru tuttugu alls og oftast eru það miðframtennur í neðri gómi sem koma fyrst. Síðan samsvarandi tennur í efri. Því næst koma hliðarframtennur, fyrst í neðri gómi og svo í þeim efri. Barnatanntöku lýkur vanalega um þriggja ára aldur og eru það öftustu jaxlarnir sem koma síðastir.

Foreldrar eiga að hreinsa tennur barna sinna daglega um leið og fyrsta tönnin kemur upp. Áður er æskilegt að hreinsa og nudda góm barnsins með rökum klút. Börn geta ekki séð um tannburstun sjálf fyrr en um tíu til tólf ára aldur. Þegar tíu ára aldri er náð getur verið gott að leyfa barninu að burstu sjálft, en undir eftirliti foreldranna. Börn eiga að nota tannkrem sem ætlað er börnum. Venjulegt tannkrem er of sterkt. Einnig er mikilvægt að foreldrar stjórni því hversu mikið magn fer á burstann. Notið það magn tannkremis sem svarar til stærðar naglarinnar á litla fingri barnsins.

Börn sem náð hafa fjögurra ára aldri eiga öll að hafa komið til tannlæknis. Það er nauðsynlegt að venja börn á reglulegt eftirlit hjá tannlækni því þá myndast traust og líkurnar á að tennur barnsins verði heilbrigðari aukast.

Heimild: www.tannsi.is



TIL BÚDAPEST Í TANNVIÐGERÐIR

Í Noregi hafa birst auglýsingar um tannlæknaferðir til Búdapest. Norðmönnum er lofað helmingi minni kostnaði við tannlækningar miðað við kostnað í Noregi og gott frí að auki. Þannig kostar „implant“ á tönn um það bil 441.000 krónur í Noregi en 241.000 í Búdapest. Um helmingi ódýrara er sömuleiðis að fá brú í Búdapest og nefndar eru fleiri dýrari tannviðgerðir.

Norskur fararstjóri tekur að sér að túlka samtöl á milli tannlæknis og ferðalangs. Þeir sem vilja skoða þetta nánar geta farið inn á síðuna www.eurodent.no.

Fyrir rúmum tuttugu árum flyktust Íslendingar til Búlgaríu í ódýrar tannviðgerðir. Mikið var fjallað um þær ferðir á sínum tíma. Ekki voru allir á eitt sáttir um þær ferðir og töldu tannlækna í Búlgaríu ekki jafn mikla fagmenn og þá íslensku.

FORNMENN VILDU BEINAR TENNUR

Löngun eftir beinum og fallegum tönnum er ekki ný af nálinni. Fornleifafræðingar hafa grafið upp múmíur sem höfðu grófa málmvíra vafða um tennur sínar. Var þá girni notað til að þrengja bilið milli tannanna. Hippókrates, sem nefndur er faðir læknisfræðinnar, og heimspekingurinn Aristóteles, glímdu báðir við að finna leiðir til að rétta tennur á tímabilinu 400-500 fyrir Krists burð. Meðan Róm var enn fátæklegt sveitapöpp grófu Etrúskar fólk sitt með áhöldum sem notuð voru til að rétta tennur og koma í veg fyrir tannmissi. Þrátt fyrir frumkvæði og tilraunir manna fyrr á öldum urðu þó litlar framfarir í tannréttingum fyrr en um aldamótin 1700. Frönsku tannlæknarnir Pierre Fauchard og Etienne Bourdet gáfu báðir út bækur á fyrri hluta 18. aldar þar sem kaflar voru helgaðir tannréttingum. Bourdet var um leið fyrsti tannlæknirinn sem mælti með því að draga jaxla úr fólki til að rýma betur fyrir öðrum tönnum. Þrátt fyrir áfanga fyrri alda eru tannlæknarnir Norman W. Kingsley og J. N. Farrar iðulega nefndir feður tannréttinga. Þeir gáfu báðir út tímamótaverk sín á seinni hluta 19. aldar.



TYGGÐU EXTRA EFTIR HVERJA MÁLTÍÐ

Rannsóknir sýna að notkun sykurlaus **Extra** eykur munnvatnsframleiðslu, jafnar sýrustig, heldur tönnum hreinum og stöðvar sýklaárásir á þær.

Extra minnkar upptöku hitaeininga og dregur það úr streitu í amstri hversdagsins.



