1 Σεπτεμβρίου 2014

Πονόδοντος: 7 γιατροσόφια ανάγκης μέχρι να πάτε στον οδοντίατρο

/ Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός



Ξαφνικός πονόδοντος και ο οδοντίατρος θα μπορέσει να σας δει την επόμενη μέρα. Εκτός από τα παυσίπονα που ανακουφίζουν από τον πόνο στα δόντια και τη στοματική κοιλότητα, μπορείτε να εφαρμόσετε κάποια δοκιμασμένα γιατροσόφια:

1.Τζίντζερ και πιπέρι καγιέν

Ανακατέψτε μισή κουταλιά τζίντζερ και μισή κουταλιά με πιπέρι καγιέν, με τόσο νερό, ώστε να δημιουργηθεί μια παχύρευστη κρέμα. Βάλτε λίγο βαμβάκι στην κρέμα και εφαρμόστε το πάνω στο δόντι, αποφεύγοντας όσο γίνεται τα ούλα και τη γλώσσα.

Αφήστε το μέχρι να υποχωρήσει ο πόνος ή όσο μπορείτε, γιατί η κρέμα θα είναι λίγο καυτερή.

Και τα δύο μπαχαρικά έχουν αναλγητικές ιδιότητες, ενώ το βασικό συστατικό του καγιέν, η καψαϊκίνη, μπλοκάρει τα σήματα του πόνου να φτάνουν στον εγκέφαλο.

2.Μέντα

Ρίξτε 5-6 αποξηραμένα φύλλα μέντας σε μια κούπα βραστό νερό και αφήστε τα εκεί για 20 λεπτά. Μόλις κρυώσει το ρόφημα, κάντε με αυτό μπουκώματα. Η μέντα έχει αναισθητικές ιδιότητες,

3.Φακελάκι από μαύρο τσάι

Τοποθετήσετε ένα νωπό φακελάκι από μαύρο τσάι, πάνω στο πονεμένο δόντι. Οι τανίνες του μαύρου τσαγιού βοηθούν στην ανακούφιση από τον πόνο.

4.Έλαιο γαρίφαλου

Η ευγενόλη που περιέχεται στο γαρίφαλο είναι φυσικό αναισθητικό. Προσοχή, όμως δεν πρέπει να ρίξετε γαρυφαλέλαιο απευθείας στην πληγή ή το πονοεένο δόντι. Σε λίγο βαμβάκι, ρίξτε μερικές σταγόνες από το λάδι και τοποθετήστε το πάνω στο δόντι, μέχρι ο πόνος να υποχωρήσει.

Μπορείτε επίσης να μασήστε ένα γαρίφαλο (από τα μπαχαρικά) , ώστε να απελευθερώσει τους χυμούς και διατηρήστε το στο στόμα, μέχρι να υποχωρήσει ο πόνος.

5.Μπουκώματα με αλατόνερο

Διαλύστε ένα κουταλάκι του γλυκού αλάτι σε μια κούπα βραστό νερό και θα έχετε το κλασικό στοματικό διάλυμα. Κάντε μπουκώματα 30 δευτερολέπτων, όσο πιο συχνά μπορείτε και θα δείτε άμεσα αποτελέσματα στην προσβεβλημένη περιοχή.

6.Πάγος

Τυλίξτε ένα μικρό παγάκι με μια πλαστική σακουλίτσα ή ένα λεπτό κομμάτι ύφασμα και βάλτε το πάνω στο δόντι που σας ενοχλεί για περίπου 15 λεπτά, ώστε να μουδιάσουν τα νεύρα και να υποχωρήσει ο πόνος. Μπορείτε να βάλετε την αυτοσχέδια παγοκύστη εξωτερικά, στο μάγουλό σας.

7.Βάλτε τσίχλα πάνω στο ράγισμα

Αν έσπασε ένα σφράγισμα ή ράγισε ένα δόντι, αυτό που μπορείτε να κάνετε είναι να καλύψετε το σημείο με μία μασημένη τσίχλα χωρίς ζάχαρη. Μην φάτε τίποτα άλλο και τρέχτε στον οδοντογιατρό.

Πηγή: onmed.gr