

Munspülung mit Magnesiumchlorid:

1-2 Teelöffel (mit 30 % iger Magnesiumchlorid/Magnesiumöl bevorzugt mit der Qualität aus dem Toten Meer) einnehmen, min. 20-30 sec. im Mund, kauen, spülen, gurgeln. Danach schlucken. Kann gleich Morgens und Abends praktiziert werden. Mit einem Schluck Wasser oder beliebigen Tee den Salzigen Nachgeschmack neutralisieren.

- Reduziert (bei längerer Anwendung) Zahnsteinbildung.
- Reduziert Fäulnisbakterien (PH-Wert in der Mundhöhle normalisiert sich)
- Kaum Mundgeruch, vor allem Morgens (nach ca. 4-7 Tagen), neutraler Geschmack im Mund.
- Unterstützt die Immunabwehr (Gaumenmandeln, Rachenmandeln, Zungengrundmandel und Ohrspeicheldrüse können sich mit nötigen Mineralien versorgen).
- Unsere gesamte Verdauung ist ein Muskelschlauch und benötigt ebenso Magnesium (beim schlucken können sich die oberen Anteile - Speiseröhre - damit versorgen).
- Salzsäureproduktion im Magen wird (vor allem für das Frühstück, wer es morgens schluckt) angeregt. Zum nachspülen eignet sich vor allem morgens, ein Glas lauwarmes Wasser mit einem Spritzer Zitrone / Limone.
- Unterstützt die Wundheilung im Mund und Rachenraum (kleinere Verletzungen die evtl. beim Zähneputzen entstehen).
- Bei Magenschleimhautreizungen/Reizungen kann die Lösung weiter verdünnt werden, oder man lässt das Schlucken der Lösung einfach weg.
- Bei einer Studie in Neuseeland wurde festgestellt, daß kariesresistente Zähne durchschnittlich doppelt so viel Magnesium enthielten wie kariöse Zähne

Link: > <http://www.gesundheitswerkstatt-detmold.de/index.php/gesundheitstipps/magnesiumchlorid>

> Wer Rächtshreibveler findet, soll diese behalten.....! <