

Лош. дъх. Причини за лоша миризма от устата

Лошата миризма от устата е неприятен дефект не само за самия индивид, но и за околните. Когато лошият дъх се дължи на консумиране на някои храни (чесън, лук, зеле и др.), алкохолни напитки, тютюнопушене и п.р., използвайте специалните дезодориращи води и таблетки за уста. В къщи помага миенето на зъбите. Може да се използва и ментолова дъвка.

Какво докарва лошата миризма от устата?

Миризмата от устата може да се дължи на:

- заболявания на зъбите
- разстройства в храносмилането
- заболявания на носа, синусите, гнойни ангини
- заболявания на слюнчените жлези
- заболявания на белите дробове и др.

Всички тези заболявания трябва да се диагностицират и лекуват от лекар, за да се премахне лошият дъх. Разбира се, изрядната хигиена на устната кухина е предпоставка за свеж, приятен дъх.

Как да разберем дали имаме свеж дъх от устата?

За да се провери дъхът в устата, се прави следната проба: Вдишва се дълбоко, поставя

се ръката пред устата и бавно се издишва през устата, като издишаният въздух се вдишва през носа.