

# Einfache Tipps für schöne Zähne



**G**epflegte und gesunde Zähne sind Lebenswerkzeuge, die wir schätzen sollten. Sie schützen auch unser Leben! Denn bei Zahnerkrankungen schmerzt nicht nur das Kauen, sondern auch das Sprechen. Vor einfacher Pflege für schöne Zähne:

### ► **Gründliche Zahnpflege**

Mit einer Zahnbürste und Zahnpasta reinigen Sie die Zähne gründlich. Nicht nur das Zahneben, sondern auch die Zahnlücken sind zu reinigen. Ein Zahnseide-Verfahren ist ebenfalls empfehlenswert. Ein Zahnseide-Verfahren ist ebenfalls empfehlenswert. Ein Zahnseide-Verfahren ist ebenfalls empfehlenswert.

### ► **Professionelle Reinigung**

Bei der professionellen Zahnreinigung werden die Zähne gründlich gereinigt und strahlend gebleicht. Diese Pflege sollte in regelmäßigen Abständen stattfinden.

lang stellt den Zahnschmelz wieder her. Ein Zahnschmelz-Verfahren ist ebenfalls empfehlenswert. Ein Zahnschmelz-Verfahren ist ebenfalls empfehlenswert.

### ► **Karies & Co. vermeiden**

Einige Essens- und Getränkesorten sind kariogen. Zu ihnen gehören Süßigkeiten, Nüsse und Kaugummi. Ein Zahnschmelz-Verfahren ist ebenfalls empfehlenswert. Ein Zahnschmelz-Verfahren ist ebenfalls empfehlenswert.

Einige Getränke sind ebenfalls kariogen. Zu ihnen gehören Softdrinks und Säfte. Ein Zahnschmelz-Verfahren ist ebenfalls empfehlenswert. Ein Zahnschmelz-Verfahren ist ebenfalls empfehlenswert.

### ► **Mundpflege mit Zahnlack**

Zahnlack bildet eine Schutzschicht auf den Zähnen. Ein Zahnschmelz-Verfahren ist ebenfalls empfehlenswert. Ein Zahnschmelz-Verfahren ist ebenfalls empfehlenswert.



Zweimal täglich Zähne putzen - das ist der richtige Schritt



## Apotheke aktuell

# Stressfrei und dauerhaft abnehmen

Mit pflanzlichen Wirkstoffen und ohne Jo-Jo-Effekt zum Ziel



Wie schön, wenn die Waage langfristig weniger anzeigt

**W**er erfolgreich abnehmen möchte, sollte auf Radikaldiäten verzichten. Denn die lösen oft den Jo-Jo-Effekt aus: Der Körper setzt extra Fett an, sobald wir wieder normal essen. Um die Kilos langfristig loszuwerden, empfehlen Experten, ein gesundes Sättigungsgefühl zu entwickeln. Dabei hilft ein neues Abnehmmittel, das auf diesen Erkenntnissen basierend entwickelt und klinisch getestet wurde. Ein

rein pflanzliches Pulver wird in Flüssigkeit aufgelöst und ca. 15 Minuten vor einer Hauptmahlzeit getrunken. Der Effekt: Es reduziert den Hunger und man isst weniger. Zudem werden bis zu 40 Prozent der Fette und 35 Prozent der Kohlenhydrate, die man zu sich genommen hat, wieder ausgeschieden. In klinischen Studien verloren die Probanden in zwei Monaten durchschnittlich sechs Kilogramm (Prüfpräparat: Refigura, Apotheke).



**Gesunde im Fokus**

# BEWEGUNG IST LEBENSQUALITÄT

**CH Alpha PLUS** **Nr. 1**

Das Trinken hilft Ihnen mit Regenera - plus Vitamin C, das

- eine gesunde Stoffwechsellage und
- eine normale Funktion von Herz und Muskeln unterstützt

**CH Alpha PLUS** **1000ml** **12,99 €**

• Entdecken Sie diese Apotheke •



[www.ch-alpha.de](http://www.ch-alpha.de)

© 2014 CH Alpha Plus. Alle Rechte vorbehalten. CH Alpha Plus ist ein eingetragenes Warenzeichen der CH Alpha Plus GmbH. CH Alpha Plus ist ein eingetragenes Warenzeichen der CH Alpha Plus GmbH. CH Alpha Plus ist ein eingetragenes Warenzeichen der CH Alpha Plus GmbH.