***Помощь при зубной боли, воспалении дёсен и тканей, окружающих зубы***

***Зубная боль***

1. **Пихтовое масло и зубная боль.**

**Кусочек ватки или бинта смочить 5—6 каплями чистого пихтового масла и держать 10—12 мин с одной стороны зуба (не допускать ожогов!), затем передвинуть на другую сторону и держать еще 10—12 мин. После этого тампон выбросить. Процедуру повторить через 4—6 часов, если зубная боль не пройдёт.**

1. **Прополисный экстракт, успокаивающий зубную боль.**

**Взять 30%-ную спиртовую настойку прополиса, смочить ею вату и приложить к больному зубу. Вскоре боль утихнет (обезболивающее действие прополиса превосходит анестезирующую силу таких известных фармакологических средств, как новокаин и кокаин).**

1. **Прополис и зубная боль.**

**Взять кусочек естественного (природного) прополиса величиной с горошину и положить в дупло больного зуба. Чтобы прополис стал мягче, его можно предварительно подогреть до 60—70°С.**

**Воспаление дёсен, тканей, окружающих зубы**

1. **Соль и мед укрепят десны.**

**Приготовьте смесь меда с мелкой поваренной солью 2:1. Смесь тщательно растереть, пока соль не растворится. Два раза в день, обмакнув в смеси зубную щетку (можно смесь наложить на ватный тампон и приложить к дёснам на несколько минут), почистите зубы, и уже через неделю ваши десны укрепятся. Но продолжайте делать процедуры, постепенно сводя к профилактическому применению - 2 раза в неделю.**

1. **Полоскать ротовую полость раствором 10-15% спиртового экстракта прополиса: 20 капель экстракта на 1 стакан воды.**
2. **Пихтовое масло**

**При воспалении следует намотать бинт в два слоя на указательный палец правой руки, накапать на него 5—6 капель чистого пихтового масла и промассировать десны в зоне болезненности. Подобную процедуру проводить 2 раза в день.**

1. **Хороший эффект оказывает смесь из равных весовых частей пихтового масла и облепихового или пихтового и персикового, а также пихтового масла и рыбьего жира.**
2. **М ё д**

**Жевать мёд в сотах (содержит мёд, воск и пыльцу) для очищения десневых карманов от гноя, укрепления десен и очищения зубов от налета при пародонтозе.**

1. **Настой ромашки аптечной с медом — прекрасное противовоспалительное средство:**

**Взять 3 ст. ложки сухих измельченных цветков ромашки аптечной, залить 0,5 л кипящей воды, выдержать 15 мин. на кипящей водяной бане, затем настоять до охлаждения, процедить, развести в настое 2 столовых ложки пчелиного меда.**

1. **Жевать свежие листья алоэ, а также полезно полоскать рот соком из них.**
2. **Поласкать рот свежеприготовленным капустным соком пополам с кипяченой водой.**
3. **Залить стаканом кипятка пять грамм листьев грецкого ореха, настаивать полчаса и процедить. Добавить десертную ложку полученного настоя на полстакана воды и поласкать рот три раза в день после еды в течение 10-12 дней.**
4. **В случае появления болезни следует полоскать рот горячей водой несколько раз в день.**
5. **Для уменьшения болей в полости рта полощут рот раствором 1 чайной ложки и 3% перекиси водорода на полстакана тёплой воды.**
6. **Растёртый в кашицу сырой картофель прикладывать к воспалённым местам.**
7. **Настойку травы зверобоя в соотношении 1:5 приготавливают на водке или 40 градусном спирту. На полстакана воды берут 30-40 капель настойки и раствором полощут рот.**
8. **Заливают кипятком цветки ромашки аптечной и настаивают. Для приготовления настоя берут 15-20 граммов цветков на стакан кипятка. Добавляют 4 грамма борной кислоты. Является антисептическим и противовоспалительным средством. Полощут рот.**
9. **Полоскать рот свежевыжатым морковным соком, разведенным 1:1.**
10. **Полоскать рот облепиховым маслом (биологической добавкой).**
11. **Готовят настой цветков календулы. Для этого на 1 столовую ложку цветков берут 1 стакан кипятка и делают настой. Применяют для полоскания ротовой полости как восстанавливающее, бактерицидное и противовоспалительное средство.**
12. **Эффективное средство для излечения от пародонтоза - детское мыло. Нужно взять хорошее детское мыло, намылить им зубную щетку и полученной пеной чистить зубы. Достаточно использовать это средство один раз в день - вечером.**
13. **Если вы страдаете от пародонтоза, попробуйте сделать на десны свекольные аппликации. Возьмите свежую свеклу, почистите ее и натрите на мелкой терке. Столовую ложку тертой свеклы смешайте с 1 чайной ложкой растительного прокипяченного масла. Получится кашица, которую накладывайте на больные десны. Держите аппликацию минут 15. Так повторять несколько раз в день и очень быстро вылечитесь. Для того чтобы пародонтоз не возобновлялся, эти процедуры надо делать раз в два месяца по 7-8 дней подряд.**
14. **После каждой чистки зубов полоскать рот отваром дубовой коры или шалфея.**
15. **Мумие от пародонтоза. 2,5 г мумие на 100 мл воды. Полоскать утром и на ночь. Раствор проглотить. Рекомендуется проводить курсы лечения по 20 дней.**
16. **Если воспалились десны, попробуйте полоскать рот 5-6 раз в сутки 8-10-дневным кефиром. Уже через 2 дня язвочки начнут заживать, а на 3-й или 5-й день наступит полное выздоровление.**
17. **Брусника избавит от пародонтоза.**

**Несколько дней прикладывайте ватку, пропитанную соком брусники к деснам. Уже за 3 дня такого лечения зубы перестают шататься и десны становятся здоровыми.**

1. **Бузина и калина вылечат пародонтоз.**

**Вам понадобится несколько ягод бузины и калины, (по 5 штук). Растереть их в кашицу и залить половиной чайной ложки оливкового масла. 40 г листьев эвкалипта заварить 50 мл воды и настоять 40 минут. Настой процедить и смешать с ягодной кашицей. Получается жидкая мазь. Ее втирать в десны каждый вечер специальными круговыми движениями. После этой процедуры ничего не есть, не пить, чтобы мазь подольше оставалась на деснах. Кровоточить десны перестают через неделю, а еще через неделю уходят раздражение и чувствительность.**