

Wie verwendet man das Mundöl richtig zum Ölziehen?

Anwendung

Einen Teelöffel von VIVAMAYR Mundpflegeöl morgens nüchtern, nach dem Zähneputzen in den Mund nehmen, anschließend das Öl ohne Anstrengung im Mund hin und her bewegen, durch die Zähne ziehen, kauen, saugen, so dass eine intensive Kontaktnahme mit der Schleimhaut entsteht. Dies wird für 10 bis 15 Minuten durchgeführt, danach ist das Öl auszuspucken. Durch das Ölziehen werden die Schadstoffe aus dem Lymphbereich des Kopfes über die Schleimhaut ausgeschieden. Dadurch wird das Öl selbst weiß, schaumig und dünnflüssiger. Nach dem Ölziehen wird das verbleibende Öl am Besten in das WC gespuckt, ein Schlucken desselben sollte vermieden werden.

Hinweis

Am besten wird das Ölziehen mit VIVAMAYR Mundpflegeöl morgens nüchtern durchgeführt. Um die Entgiftung zu intensivieren kann das Ölziehen bei Bedarf mehrmals täglich jeweils vor der Mahlzeit durchgeführt werden. Ölziehen mit dem Mundpflegeöl ist als Teil der morgendlichen Mundhygiene ein wichtiger Beitrag zur Gesunderhaltung. Es unterstützt und verbessert aber auch die Ausscheidung von Giftstoffen bei zahlreichen Beschwerden und Erkrankungen.

Besonders hilfreich ist es bei:

- Erkrankungen des Zahnhalteapparates
- Lockerung der Zähne
- Parodontose, Zahnfleischbluten
- Aphten im Mund, Pilzbefall
- Kopfschmerzen, Migräne
- Belastungen durch Umweltgifte
- Unspezifische Giftstoffbelastungen
- Müdigkeit, Mattigkeit, Abgeschlagenheit
- Chronische Sinusitis
- Verdauungsbeschwerden