

## รักษสุขภาพ

นำเสนอเมื่อ : 16 มิ.ย. 2552

มารักษสุขภาพกันเถอะ

สูตรสรวว์เบอร์รี่จัดครามฟัน

แม้ยาสีฟันจัดครามฟันมีขายเกลื่อนกล่น แต่ใจนเลยจะดีเท่าสูตรธรรมชาติที่เราทำเอง  
ทั้งประหยัดและปลอดภัย

สูตรนี้เหมาะสำหรับคอกาแฟละ โดยให้นำเอาสตรูว์เบอร์รี่สด 2-3 ผลผสมเบกกิ้งโซดาและน้ำนิดหน่อย  
จากนั้นก็ไชยาสีฟันปกติ แปรงฟันนาน 2-3 นาที แล้วบ้วนทิ้งตามปกติ  
กรดมาลิกในสตรูว์เบอร์รี่จะช่วยกำจัดคราบกาแฟได้

แปรงฟันด้วยยาสีฟันสูตรสตรูว์เบอร์รี่ทุก 3 เดือน  
หรือดีกว่านั้นขึ้นอยู่กับว่าคุณดื่มกาแฟหนักขนาดไหน