

แปรงฟันหายปวดหลัง

นำเสนอเมื่อ : 14 ก.ย. 2552

ใคร ๆ ก็ต้องแปรงฟัน แล้วทราบถึงประโยชน์ของการแปรงฟันหรือไม่ วันนี้เกิดความรู้มีมาบอกกัน...

การแปรงฟันนอกจากจะช่วยไม่ให้ฟันผุแล้วยังช่วยให้ไม่ปวดหลังอีกด้วย ข้อมูลนี้ได้มาจากสื่อโทรทัศน์ บอกไว้ว่า เวลาแปรงฟันในแต่ละครั้ง มันจะไปกระตุ้นสารบางอย่างออกมาขณะที่แปรงฟัน

สารที่ว่านั้นมันจะไหลเวียนไปในส่วนต่าง ๆ เช่น ในระบบประสาทรวมถึงมันจะช่วยยับยั้งการเจ็บปวดหลังได้ดีอีกด้วย เพราะฉะนั้นคนที่มีการปวดหลัง ก็อาจจะลองไปปฏิบัติดูได้

เพราะผู้ที่ลองทำก็ได้ผลกันทั้งนั้นแต่ถ้าผู้ที่มีอาการปวดมาก ๆ อาการมันก็ไม่ได้อายไปทั้งหมดแค่นั้นแหละเท่านั้น

รู้อย่างนี้แล้ว การแปรงฟันก็บ่อย ๆ ก็ได้ประโยชน์หลายอย่างเหมือนกัน แล้วอย่าลืมแปรงฟันอย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง เพื่อสุขภาพฟันที่ดี.

ข้อมูล เดลินิวส์