

Co naprawdę nas odmładza

Chcesz wyglądać młodo, więc codziennie wklepujesz krem przeciwzmarszczkowy i oszczędzasz pieniądze na zabiegi wygładzające. To dobrze, ale walka ze zmarszczkami to niejedyny sposób, by ująć sobie lat. Zmień fryzurę, zadbaj o brwi, wyrównaj zgryz, a zobaczysz, że czas zacznie działać na twoją korzyść! Tekst Kamila Leszczyńska

Zadbaj o zęby

One też się starzeją. Z wiekiem powstają wady zgryzu, które powodują, że czubek nosa coraz bardziej zbliża się do brody, usta zmieniają się w cienką linię i powstają bruzdy ciągnące się od kątek ust w dół. Przyczyną jest często utrata zębów bocznych. Nie rekonstruujemy ich, bo taki ubytek nie rzuca się w oczy. Niestety, powoduje, że inne zęby się przemieszczają. – Ratunkiem jest aparat ortodontyczny – mówi dr Iwona Gnach-Olejniczak, stomatolog z kliniki Unident Union Dental Spa we Wrocławiu. – Można założyć go w każdym wieku. Na różnych etapach leczenia odbudowujemy też wysokość zębów, robimy korony i wstawiamy implanty. To daje spektakularny efekt liftingu dolnej części twarzy. Na koniec proponujemy pacjentom wybielanie zębów, bo to też ujmuje lat.

 **NASZ TRIK**
By odmłodzić uśmiech, używaj irygatora do zębów. Czyści przestrzenie międzyzębowe, wyrzucając pod ciśnieniem powietrze i wodę. Chroni zęby przed próchnicą i utratą ładnego koloru. Zapobiega też infekcjom dziąseł.