

#1 2024
www.falstaff-happylife.com
€ 6,90

Österreich
MZ
Falstaff V
Sch

falstaff happY Life

BEAUTY
ERNÄHRUNG
FITNESS

EPIGENETIK: DAS
GEHEIMNIS HINTER
EWIGER JUGEND

SEHNSUCHT SONNE:
ZWISCHEN FLUCH
UND SEGEN

**GWYNETH
PALTROW**
IN IHRER
LEBENSROLLE:
BEAUTY-GURU

LET IT FLOW

SO FUNKTIONIERT DER ENERGIEBOOST WIE VON ALLEIN





Mit guter Mundhygiene zu Hause kann man fast alle Krankheiten im Mund vermeiden – und viele wissen einfach zu wenig davon.

DR. KRISTINA WORSEG
 Fachärztin für Zahnmedizin, Gründerin der
 Ordination Dr. Kristina Worsseg

ZÄHNE PUTZEN: DAS ERSTE UND DAS LETZTE DES TAGES

Die Routine, nach dem Aufstehen Kaffee und Frühstück zu genießen und danach erst die Zähne zu putzen, kann man vergessen. »Generell soll man vor dem Frühstück die Zähne mit fluoridierter Zahncreme putzen. Das stärkt den Zahnschmelz und macht ihn widerstandsfähiger gegen Säuren. Außerdem wird die Bakterienzahl reduziert und dadurch entstehen nach der Essensaufnahme auch weniger Kariessäuren«, rückt Kristina Worsseg diesen Mythos zurecht. Zusätzlich rät sie zum morgendlichen Zungenschaben: »Es gibt einige Untersuchungen, die zeigen, dass es der Mundgesundheit förderlich ist, weil es viele Bakterien aus der Mundhöhle entfernt. Die Zungenreinigung soll allerdings nicht mit der Zahnbürste, sondern mit einem eigenen Zungenreiniger durchgeführt werden.« >



1



2



3



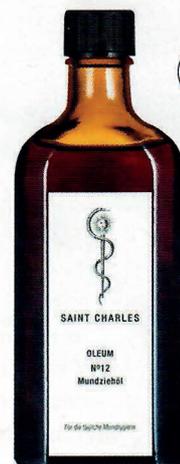
4



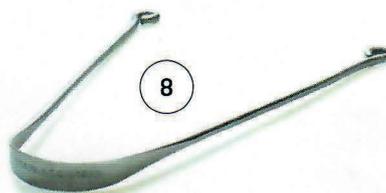
5



6



7



8

- 1 Sprizz** Der »Extreme«-Mundspray von Swissdent gibt Zahnverfärbungen und schlechtem Atem keine Chance. € 9,90 swissdent.ch **2 Stick to go** Immer dabei sind die »Dr. Worsseg Top Smile Interdental Sticks«. Ca. € 4,- bipa.at **3 Ungebunden** Kabellos funktioniert die Panasonic-Munddusche. € 94,- panasonic.com **4 Speedy** Die Zahnbürste von Curaprox sorgt mit modernster Schalltechnologie für weiße Zähne. € 169,- curaprox.at **5 Fresh-up** Mit der Zahnpasta von Dr. Bronner's bei Staudigl ist frischer Atem garantiert. € 6,90 staudigl.com **6 Weißmacher** Mit klärender Aktivkohle wirkt die vegane Zahnseide von Georganics bei Ecco Verde. € 4,99 ecco-verde.at **7 Morgenroutine** Gründliche Mundhygiene dem Mundziehöl von Saint Charles. € 28,90 saint-charles.eu **8 Must-have** Zungenreiniger aus Edelstahl von Swak bei Manufactum. € 9,90 manufactum.at



DENTAL COSMETICS
 SWISS DENT

Sanft aufhellende Zahnreinigung am morgen...



...aufbauende Zahnpflege am Abend.