

Remédio Caseiro

# Alivie os sintomas da gengivite com um remédio caseiro eficaz



[www.remediocaseiro.blog.br](http://www.remediocaseiro.blog.br)



Imagem de zinkevych no Freepik

## Alivie os sintomas da gengivite com um remédio caseiro eficaz

A **gengivite** é uma inflamação comum das gengivas, que pode causar desconforto e até mesmo dor. Se não tratada adequadamente, pode levar a problemas mais graves, como a **periodontite**. Além dos cuidados básicos de higiene bucal, existem **remédios caseiros que podem auxiliar no alívio dos sintomas da gengivite**. Um desses remédios é um chá preparado com ingredientes naturais que possuem propriedades anti-inflamatórias e antibacterianas. Neste artigo, vamos aprender como preparar esse chá e conhecer alguns de seus benefícios.

### Chá de camomila

O **chá de camomila** é uma excelente opção para aliviar os sintomas da gengivite. A camomila **possui propriedades anti-inflamatórias, analgésicas e antibacterianas**, que ajudam a reduzir a inflamação e aliviar a dor nas gengivas. Além disso, a **camomila** também possui um efeito calmante, o que pode ser benéfico para pessoas com sintomas de estresse ou ansiedade relacionados à gengivite. Para preparar o chá de camomila, coloque duas colheres de chá de flores secas de camomila em uma

xícara de água quente. Deixe em infusão por aproximadamente 10 minutos e coe antes de consumir. É recomendado beber o chá duas vezes ao dia, preferencialmente após escovar os dentes.

## Chá de hortelã-pimenta

Outra erva que pode ser utilizada no tratamento da gengivite é o **chá de hortelã-pimenta**. A hortelã-pimenta possui propriedades antibacterianas e antifúngicas, o que ajuda a combater as bactérias que causam a inflamação nas gengivas. Além disso, o chá de hortelã-pimenta também possui um efeito refrescante e pode ajudar a aliviar a sensação de desconforto na boca. Para preparar o chá de hortelã-pimenta, adicione uma colher de chá de folhas secas de hortelã-pimenta em uma xícara de água quente. Deixe em infusão por cerca de 5 minutos, coe e beba até três vezes ao dia.

## Chá de hortelã-pimenta

Um terceiro remédio caseiro para aliviar os sintomas da gengivite é o chá de sálvia. A sálvia possui propriedades anti-inflamatórias e antissépticas, que ajudam a reduzir a inflamação e combater as bactérias presentes na boca. Além disso, a sálvia também pode auxiliar na redução da placa bacteriana, que é uma das principais causas da gengivite. Para preparar o chá de sálvia, coloque uma colher de sopa de folhas de sálvia em uma xícara de água fervente. Deixe em infusão por aproximadamente 15 minutos, coe e beba duas vezes ao dia.

**Contraindicações:** Apesar dos benefícios mencionados, é importante ressaltar que cada pessoa pode reagir de forma diferente aos ingredientes. Algumas pessoas podem ser alérgicas a certas plantas, como a camomila ou a hortelã-pimenta. Se você apresentar qualquer reação alérgica após consumir esses chás, é recomendado suspender o uso imediatamente e procurar um

médico ou dentista. Além disso, gestantes e lactantes devem sempre ter cautela ao consumir qualquer tipo de chá, pois alguns podem ser contraindicados durante essa fase. É sempre importante consultar um profissional de saúde antes de iniciar qualquer tratamento.

## Conclusão

Os remédios caseiros podem ser uma opção natural e eficaz para aliviar os sintomas da gengivite. O chá de camomila, hortelã-pimenta e sálvia são exemplos de ingredientes que possuem propriedades anti-inflamatórias, antibacterianas e que podem auxiliar no alívio da dor e inflamação nas gengivas. No entanto, é fundamental consultar um dentista antes de iniciar qualquer tipo de tratamento. Não negligencie sua saúde bucal e, se você suspeitar de gengivite, busque ajuda profissional para um diagnóstico preciso e um tratamento adequado.

**IMPORTANTE:**

As informações contidas neste artigo têm caráter unicamente informativo e não podem e nem devem ser utilizadas como substitutas ao diagnóstico médico ou mesmo substitutas ao aconselhamento de um profissional da saúde.