

# CHECKLISTE

## ZUTATEN FÜR ZAHNPULVER

🔗 Rezepte & Anleitungen auf [smort.de](https://smort.de)

|   |   |
|---|---|
| <b>Schlämmkreide</b><br>(Calciumcarbonat) | Mineralstoffquelle, Naturkalk entfernt Plaque durch sanfte abrasive Wirkung, Remineralisation des Zahnschmelzes, sorgt für basisches Milieu im Mundraum                           |
| <b>Sango Meereskoralle</b>                | Mineralstoffquelle (2:1-Verhältnis von Ca:Mg), remineralisiert Zahnschmelz, reduziert Empfindlichkeit der Zähne   |
| <b>Xylit</b><br>(Birkenzucker)            | antikariogene Wirkung (=kariesreduzierend), verhindert Plaque, reduziert schädliche Säuren im Mund und unterstützt Remineralisation - verleiht dem Zahnpulver süßlichen Geschmack |
| <b>Natron</b>                             | antibakteriell, reguliert den pH-Wert im Speichel, mit leichter Schleifwirkung - beugt Karies und Parodontitis vor  |
| <b>Eichenrinde</b>                        | bakterizide, antivirale, antimykotische (=gegen Pilze) Wirkung - hemmt Zahnfleischentzündung, stärkt das Zahnfleisch, hilfreich bei Zahnfleischbluten                             |
| <b>Zimt</b>                               | antibakteriell, antikariogen, entzündungshemmend, schmerzstillend   |
| <b>Nelken</b>                             | antibakteriell, antiviral, antimykotisch, antimikrobiell, entzündungshemmend sowie schmerzstillend - empfehlenswert bei Zahnfleischentzündungen                                   |
| <b>Kardamom</b><br>(grün & schwarz)       | antimikrobielle Wirkung, Vorbeugung gegen Mundgeruch, hemmt Wachstum von Zahnkaries verursachenden schädlichen Mikroorganismen  |
| <b>Salbei</b>                             | antiseptisch, antiviral, zur Kräftigung des Zahnfleisches, wirkt Entzündungen im Mund-/Rachenraum entgegen  |
| <b>Fenchel</b>                            | sanfte antibakterielle Wirkung, Vorbeugung gegen Mundgeruch   |
| <b>Rosmarin</b>                           | wirkt Entzündungen entgegen, zur Kräftigung des empf. Zahnfleisches   |
| <b>Süßholzwurzel</b>                      | antibakteriell, reduziert Plaque, antimikrobielle Wirkung gegen kariogene Bakterien   |
| <b>Minze</b>                              | antibiotisch, infektionshemmend, entzündungshemmend, antimikrobiell, antiparasitär und antiseptisch - verleiht der Zahnpasta einen frischen Geschmack                             |