Sakit Gigi Bukan Masalah Lagi, Ini Dia 5 Bahan Alami yang Bakal Jadi Penyelamatmu!

Category: LifeStyle
9 September 2023

Prolite – Mending sakit hati daripada sakit gigi! Kalian setuju gak kalau sakit gigi tuh bisa bikin *mood* kita berantakan dan aktivitas jadi terhambat? Buat kalian yang lagi *urgent* banget pengen ngilangin rasa sakitnya, sini deh merapat!

Sebelum langsung ke dokter gigi, kalian bisa coba dulu nih beberapa trik sederhana buat meredakan sakit gigi di rumah pakai bahan alami. Gak perlu repot-repot, dan yang paling penting, gak perlu keluar rumah!

Ini Dia Beberapa Bahan yang Bisa Jadi Temanmu Buat Ngelawan Sakit Gigi!

1. Teh Hitam

Cr. shutterstock

Kalo punya sekantong teh hitam, kamu bisa manfaatkan nih. Caranya gampang banget:

- Cukup rendam kantong teh hitam dalam air panas beberapa menit.
- Setelah itu, kantong teh yang udah lembut bisa kamu tempel langsung ke gigi yang sakit selama sekitar 15-20 menit.
- Kamu bisa ulangin beberapa kali sehari.

2. Bawang Putih

Cr. shutterstock

Bawang putih sih terkenal banget buat kesehatan, termasuk meredakan sakit gigi. Begini caranya:

- Cuci bersih satu siung bawang putih, lalu kupas.
- Potong jadi dua bagian.
- Tempelkan salah satu bagian bawang putih yang sudah dipotong langsung ke gigi yang sakit beberapa menit.
- Setelah itu, bilas mulut dengan air hangat.

3. Daun Jambu Biji Merah

Cr. ist

Daun jambu biji merah tuh emang jago banget, guys! Selain terkenal buat obatin penyakit demam berdarah, daunnya juga punya manfaat lain yang keren.

Nah, daun jambu biji merah ini bisa digunakan buat mengurangi peradangan, ngilu, dan nyeri di rongga mulut loh. Gampang banget caranya:

- Ambil 1-2 lembar daun jambu biji merah.
- Kita perlu mengunyah daunnya sampai airnya keluar. Jadi, kayaknya harus lumayan dicincang atau digerus biar airnya bisa keluar dengan baik.
- Setelah airnya keluar, oleskan air daun jambu biji merah tadi ke bagian yang sakit di mulutmu.

4. Cengkeh

Cr.

Clavo atau cengkeh punya senyawa eugenol yang bisa meredakan sakit gigi. Begini caranya:

- Ambil satu atau dua cengkeh, lalu gigit perlahan di samping gigi yang sakit.
- Biarkan cengkeh kontak dengan gigi yang sakit beberapa menit.
- Atau, kamu juga bisa bikin minyak cengkeh dengan mencampur beberapa tetes minyak cengkeh dengan minyak kelapa, terus olesin di gigi yang sakit.

5. Minyak Kelapa

Cr. alodokter

Minyak kelapa juga bisa jadi penyelamat buat sakit gigi. Begini caranya:

- Ambil satu sendok makan minyak kelapa, terus berkumur-kumur dengan itu selama sekitar 15-20 menit.
- Abis itu, buang aja minyak kelapanya.
- Jangan lupa bilas mulut dengan air hangat.

Ingat, ini cuma cara buat meredakan sementara aja. Kalo sakit gigi kamu gak membaik atau makin parah, langsung deh ke dokter gigi.

Selalu jaga kebersihan mulut dengan rajin sikat gigi dan berkumur-kumur biar gak ada masalah gigi yang lebih serius lagi. Semoga cepat sembuh ya! □□□□