

13.84x17.97	3	2	עמוד	זמנים בריאים	02/05/2010	22450062-1
דוקטור רונן בורדובסקי רופא שיניים רונן בורדובסקי - 27640						

גזור ושמור

עצות ורעיונות לחיים בריאים יותר מאת שירלי גולן



באמת?!

המיתוס: צריכת סידן
מחזקת את האמייל
וזאת השיניים

האמת: לא נכון. 
"רבים חושבים

שאכילת מזונות עתירי-סידן
יכולה לעזור בחיזוק השיניים,
כי הן בנויות מסידן", מסביר
רופא השיניים, ד"ר רונן
בורדובסקי, "אבל מדובר
בטעות. אמנם אכילת מזונות
עתירי-סידן עוזרת לגופנו
בהרבה תחומים אחרים, אך
לא לשיניים. מינרל השן
(הידרוקסיאפטיט) אינו מקבל
סידן ממחזור הרם".

