

Propolis en aften

Propolis is bij aandoeningen van het mondslimvlies zeer effectief. Je dient de propolistinctuur te slikken (algemeen gebruiksadvies) en de plekjes 3x daags met een in propolistinctuur gedrenkt wattenstaafje aan te stippen. Of de propolis direct in de mond druppelen en zo lang mogelijk met je tong heen en weer bewegen. Voor een beter resultaat kun je beter daarna de eerste 2 uur niets eten of drinken.