

Alcohol en gezondheid

Van alcohol word je dik en krijg je gaatjes

In drank zitten veel calorieën. Als je veel drinkt krijg je dus een 'bierbuik'. Bovendien zitten er veel zuren in alcohol. En dat is heel slecht voor je tanden!

Naast alcohol zitten in drank water, kleur- en smaakstoffen en heel veel calorieën. In mixdrankjes zit veel zuur en suiker. Daardoor kan je tandglazuur verdwijnen. Je tanden en kiezen worden kwetsbaarder. Hierdoor kun je kiespijn krijgen of erger, rotte tanden. Dus als je die stralende glimlach wil houden....