

Ky dokument nuk është prova. Prova janë bajtët e ruajtur: HTML-ja e faqes, pamja e saj, dhe zinxhiri i hash-eve që i lidh. Kjo dëshmi është paraqitja e tyre, e prodhuar automatikisht. Verifikohet me kodin më poshtë **pa na pyetur ne**.

ARTIKULLI

TITULLI	Pijet me gaz dhe ndikimi i tyre në smaltin e dhëmbëve! Top Albania Radio
ADRESA	https://www.topalbaniaradio.com/pijet-me-gaz-dhe-ndikimi-i-tyre-ne-smaltin-e-dhembeve/
BURIMI	topalbaniaradio.com
GJENDJA	online

KOHA

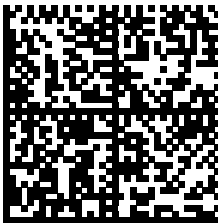
KAPUR NGA NE	30 shtator 2026, 14:34:15 UTC <i>Dritarja jonë e pasigurisë: ± 900 s — intervali me të cilin e kontrollojmë këtë burim.</i>
DEKLARUAR NGA PORTALI	30 shtator 2026, 10:28:03 UTC <i>Koha e deklaruar vjen nga pala që po vlerësohet. Ora jonë nuk preket prej saj, dhe të dyja shfaqen këtu të ndara.</i>

HASH-ET · SHA-256

PËRMBAJTJA	6b00c27efc6f6f1380e133624111919d1a44ae9be5976268f273747d940ecbdc
TEKSTI	d3eb60cb2ddc664746e1577d4619a1e01c5283bb8d8ef4e3eb829cefc0799d03
PAMJA	93c205ce2612f77ecf75504c18f6d3863ee939240b9a333a75a947f08e8aa496

ZINXHIRI I PROVËS

KJO HYRJE	280cfd5d5d736dec07da03787e92fb85d11d2272862f50ab173958d0f4156bb7
E MËPARSHMJA	—
RRËNJJA MERKLE	30b13de059e4971573ca3beb71f644fae2e421e34411a39747fd241f6f04b9d5
ANKORIMI	submitted — dërguar, ende pa bllok <i>Deri te blloku, kjo provon integritetin, jo kohën.</i>



SKANOJE PËR TA VERIFIKUAR

Kodi të nxjerr te eksploruesi i STAMLES. Ai regjistër nuk është yni: nëse serveri ynë bie nesër, vula mbetet aty ku është.

Faqja tregon njërin nga tri gjendjet — **nuk u gjet**, **në radhë**, ose **e konfirmuar** me bllokun, rrënjën Merkle dhe transaksionin në Polygon. Krahazo hash-in që gjen atje me atë të shtypur më lart: nëse përputhen, kjo kapje ekzistonte para asaj ore, dhe ne nuk mund ta kishim ndryshuar pas saj.

https://scan.stamles.eu/verify/280cfd5d5d736dec07da03787e92fb85d11d2272862f50ab173958d0f4156bb7

PAMJA E FAQES

Renderuar nga HTML-ja jonë e ruajtur, jo nga rrjeti. **Riprodhon kopjen tonë, jo pamjen e atëhershme:** stilet dhe imazhet e largëta mund të mos ekzistojnë më ose të kenë ndryshuar.

Motori: chromium-stored+assets · dritarja 1280×1024 px



Health & Beauty

Pijet me gaz dhe ndikimi i tyre në smaltin e dhëmbëve!



Klisela Buzo

30 Shtator 2026

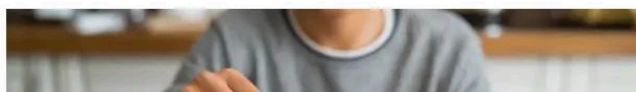


Pijet me gaz janë të konsumuara gjerësisht, por përdorimi i shpeshtë i tyre mund të ndikojë negativisht në shëndetin e dhëmbëve. Përveç sheqerit, shumë prej këtyre pijeve përmbajnë acide që mund të dëmtojnë gradualisht smaltin, shtresën e fortë që mbron dhëmbët.

Acidet mund të shkaktojnë një proces të quajtur erozion dentar, gjatë të cilit smalti humbet gradualisht minerale. Nëse ekspozimi përsëritet shpesh, **dhëmbët mund të bëhen më të ndjeshëm** ndaj ushqimeve të ftohta, të nxehta ose të ëmbla. Pijet me sheqer mund të rrisin gjithashtu rrezikun e kariesit, pasi bakteret në gojë përdorin sheqernat dhe prodhojnë acide që sulmojnë dhëmbët. Për të kufizuar këto efekte, specialistët këshillojnë konsum më të rrallë të pijeve me gaz dhe zgjedhjen e ujit si pije kryesore. Pas konsumimit të një pijeje acide, mund të shpëlahet goja me ujë. Larja e dhëmbëve nuk duhet të bëhet menjëherë pas ekspozimit ndaj acideve, pasi smalti mund të jetë përkohësisht më i dobët.

Kujdesi i përditshëm, përdorimi i pastës me fluor dhe kontrollet te dentisti ndihmojnë në mbrojtjen e smaltit. Nëse shfaqet ndjeshmëri e vazhdueshme ose ndryshime në sipërfaqen e dhëmbëve, rekomandohet një vlerësim profesional.

LAJME TË NGJASHME





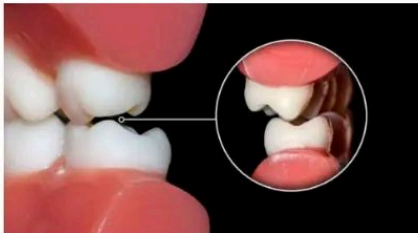
Ushqimet acide, si ndikojnë në smaltin e dhëmbëve?!

1.5 MIN



Pse larja e dhëmbëve menjëherë pas çdo vakti nuk është gjithmonë zgjedhja më e mirë?!

1.5 MIN



Bruksizmi gjatë natës, shenjat që tregojnë se kërcësoni dhëmbët...

1.5 MIN



Uji dhe shëndeti i dhëmbëve, një zakon i thjeshtë me rëndësi...

1.5 MIN



Ushqimi i zakonshëm që po habit shkencëtarët për kancerin e zorrës së trashë!

2.5 MIN

MË TË LEXUARAT



Vinicius zëvendësohet nga një sozi? Teoria e çuditshme që po çmend rrejtin: Ylli i Realit është zhdukur në mënyrë të papritur pas Botërorit...



"Destinacionet që vlejnë", One Albania dhe Business Magazine në mbështetje të agroturizmeve shqiptare!



Vdekja e Giorgos Mazonakis/Mbyllet klinika ku kryeshin kimioterapi ilegale, pacientët trajtoheshin pa licencë!



Pranoi se është homoseksual, habit me deklaratën aktori i njohur: "E kishin më të lehtë të më shihnin si një..."



"Dashuria ma ngroh zemrën, shumica e vajzave janë të padashuruara"/Amber Candy: Kur sheh krevatin bosh në mëngjes...



Kuqezinjtë me ndryshime, sot për golead në San Marino/Gjithçka live në Digitalb!



Shkencëtarët kapin sinjale radioje nga një planet 63 vite dritë larg Tokës!



Këshilli Bashkiak kërkoi pjesëmarrjen e Veliajt në mbledhje, SPAK-u refuzon!

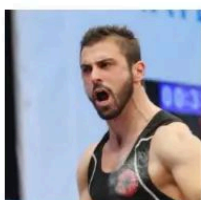


Kryeministri Rama në Bruksel, merr pjesë në Samitin e Euronews për Turizmin!

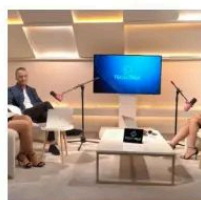


Nuk ka kompromise me ta/Shenjat e ZODIAKUT që kanë pak miq!

EDITORI SUGJERON



Rama nuk e fton në takimin me sportistë e trajnerë, shpëthen Daniel Godelli: "Më janë bërë ndalimet, po të loka merrë me..."



"Ëndrra e mjekësisë m'u ndërpre kur ndodhi COVID-1"/ Heidi Baci rrëfhet në "Tech Talk": E mora një ndalim nga..."



Tjetër goditje për Brad Pitt, vajza 21-vjeçare e aktorit të famshëm merr vendimin e papritur ndaj...



Bypass pa kaluar infarkt? Prof. Dr. Altin Veshti zbulon kur është i nevojshëm operacioni...



Çfarë ndodh me melcinë kur hani sheqë rregullisht?!

partit...

falënderuese për...

qytet



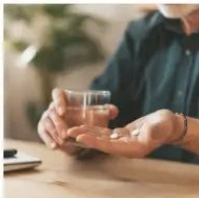
Çfarë ndodh me sheqerin në gjak kur shtoni kanellë te mollët?!



6 ushqime komode që mund të ndihmojnë në mbajtjen më të qëndrueshme të sheqerit në gjak...



Kettlebell-et janë një mjet i shkëlqyer për forcimin e pjesës së poshtme të trupit!



Çfarë ndodh me nivelet e vitaminës B12 ndërsa plakeni?!



6 çajra që mund të ndihmojnë lëkurën të duket më e pastër dhe e hidratuar...

RRETH NESH

Top Albania Radio promovon muzikën më të zgjedhur shqiptare dhe të huaj, me edicionet informative dhe një larmi programesh kulturore. 27 vjet transmetim, për të dhënë më të mirën.

KONTAKT

Address: Sheshi Italia 1, Arena Center, Tirana, Albania
Email:

Tel: +355 69 208 0500
+355 69 442 8873

COPYRIGHTS

Përmbajtja e këtij website është pronë e Top Albania Radio. Kopjimi, përdorimi apo riprodhimi i paautorizuar i tij, përbën shkelje penale.

LINKS

Kontaktimi
Marketing
Frekuencat
Aksesueshmëria
Mundësi Punësimi
Privacy Policy & Terms

JavaScript is required for tabnav widget to work properly.

Pamja këtu është e ri-koduar për ta futur në dokument. Artefakti autoritar është skedari WebP i ruajtur, dhe hash-i i tij është ai i shtypur te faqja e parë — pra dallimi është i verifikueshëm, jo i fshehur.