

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	Goja e thatë, shkaqet dhe ndikimi në shëndetin oral! Top Albania Radio
ADRESA	https://www.topalbaniaradio.com/goja-e-thate-shkaqet-dhe-ndikimi-ne-shendetin-oral/
BURIMI	topalbaniaradio.com
GJENDJA	online

KOHA

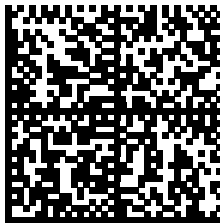
KAPUR NGA NE	30 shtator 2026, 14:49:20 UTC <i>Dritarja jonë e pasigurisë: ± 900 s — intervali me të cilin e kontrollojmë këtë burim.</i>
DEKLARUAR NGA PORTALI	30 shtator 2026, 09:32:32 UTC <i>Koha e deklaruar vjen nga pala që po vlerësohet. Ora jonë nuk preket prej saj, dhe të dyja shfaqen këtu të ndara.</i>

HASH-ET · SHA-256

PËRMBAJTJA	6a75553177bc07bf568df07a62036c0643dff9149e2537be1e333b596c937d5f
TEKSTI	31a678de2e815e8434b40ce6f0e47b0cf6d399bff78e8b6923a84109882c5967
PAMJA	0a50e054232739274d8c822ba169caffc392a67d88a9af2934dcc6edac1648b4

ZINXHIRI I PROVËS

KJO HYRJE	465c8365c4daa9ecb5436f75cf3ea246e6a09daefdd6f585ea982e05d53e3427
E MËPARSHMJA	—
RRËNJA 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. Krahaso 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/465c8365c4daa9ecb5436f75cf3ea246e6a09daefdd6f585ea982e05d53e3427>

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

Goja e thatë, shkaqet dhe ndikimi në shëndetin oral!



Klisela Buzo

30 Shtator 2026



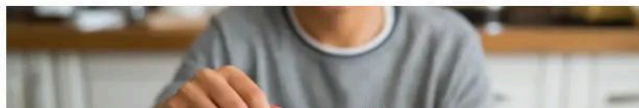
TOP ALBANIA RADIO

Goja e thatë, e njohur edhe si **xerostomi**, shfaqet kur goja nuk prodhon mjaftueshëm pështymë. Edhe pse mund të duket si një shqetësim i vogël, pështyma ka një rol të rëndësishëm në mbrojtjen e dhëmbëve dhe indeve të gojës.

Pështyma ndihmon në largimin e mbetjeve ushqimore, neutralizimin e acideve dhe mbrojtjen e smaltit. Kur prodhimi i saj zvogëlohet, mund të rritet rreziku për karies, probleme të mishrave, erë të keqe të gojës dhe vështirësi gjatë përtypjes ose gëlltitjes. Shkaqet e gojës së thatë mund të jenë të ndryshme. Ajo mund të lidhet me dehidratimin, frymëmarrjen përmes gojës, stresin ose përdorimin e disa medikamenteve. Në disa raste, goja e thatë mund të jetë e lidhur edhe me probleme të caktuara shëndetësore.

Për lehtësimin e simptomave, pirja e rregullt e ujit mund të ndihmojë. Gjithashtu, kufizimi i pijeve me sheqer, alkoolit dhe duhanit mund të jetë i dobishëm për shëndetin oral. Përtypja e çamçakëzit pa sheqer mund të stimulojë prodhimin e pështymës te disa persona. Nëse ndjesia e gojës së thatë vazhdon për një kohë të gjatë, këshillohet konsultimi me dentistin ose mjekun. Identifikimi i shkakut është i rëndësishëm për të parandaluar komplikacionet dhe për të përcaktuar kujdesin e përshtatshëm për shëndetin e gojës.

LAJME TË NGJASHME





Ushqimet acide, si ndikojnë në smaltin e dhëmbëve?!

1.5 MIN



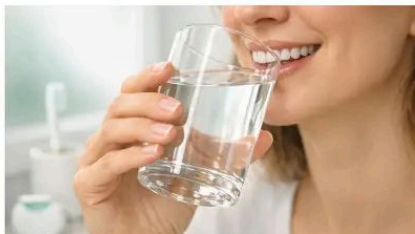
Pse larja e dhëmbëve menjëherë pas çdo vakti nuk është gjithmonë zgjedhja më e mirë?!

1.5 MIN



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

1.5 MIN



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

1.5 MIN



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

1.5 MIN

MË TË LEXUARAT



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



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



Kuqezinjtë me ndryshime, sot për goleadë 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!



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

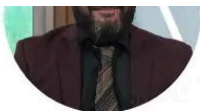


Kryeministri Rama në Bruksel, merr pjesë në Samitin e Euronews për Turizmin!



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



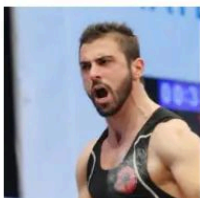


Pranoi se është homoseksual, habit me deklaratën aktori i njohur: “E kishin më të lehtë të më shihnin si një...”



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

EDITORI SUGJERON



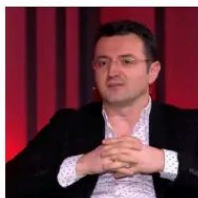
Rama nuk e fron në takimin me sportistë e trajnerë, shpëthen Daniel Godelli: “Më janë bërë padrejtësi, po të isha marrë me parti...”



“Ëndrra e mjekësisë m'u ndërpre kur ndodhi COVID-i”/ Heidi Baci rrëfëhet në “Tech Talk”: Fama më erdhi papritur, falënderuese për...



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



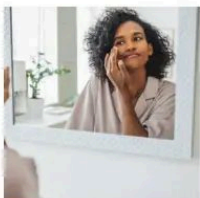
Bypass pa kaluar infarkt? Prof. Dr. Altin Veshti zbulon kur është i nevojshëm operacioni...



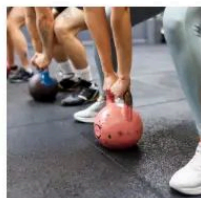
Çfarë ndodh me mëlçinë kur hani shagë rregullisht?!



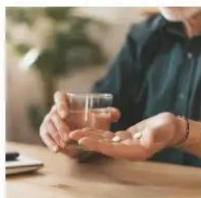
Çfarë ndodh me sheqerin në gjak kur shtoni kanellë te mollët?!



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 këtua 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.