



INFORMACIÓN E INSTRUCCIONES

**SOBRE TU TRATAMIENTO
PERIODONTAL**



“HOY HEMOS INICIADO EL TRATAMIENTO DE TUS ENCÍAS.”

La gingivitis y la periodontitis son enfermedades de los tejidos que rodean y sujetan los dientes. Estos tejidos presentan infección e inflamación que si no tratamos adecuadamente podrían provocar la pérdida de la pieza dental, además de influir negativamente en tu salud general (enfermedades cardíacas, diabetes, y otras muchas...). La gingivitis ocasiona inflamación y sangrado en la encía, y en la periodontitis se forman alrededor de los dientes lo que llamamos bolsa periodontal, donde se acumulan las bacterias y sarro responsables de esta enfermedad, quedando así lejos del alcance de tu limpieza diaria.

Para tratar esta enfermedad te vamos a realizar tratamientos que se llaman limpieza dental y/o raspado y alisado radicular. Con ellos buscamos eliminar todas las bacterias y el sarro acumulado, desinflamando la encía y permitiendo que a partir de entonces tú puedas mantener todo limpio con tu higiene en casa. Estos tratamientos se realizan con aparatos de ultrasonido, los cuales vibran y echan agua, e instrumentos manuales denominados curetas, usaremos anestesia local si fuese necesario. cada paciente y cada tratamiento son diferentes.

¿Qué puedes esperar tras este tratamiento?

- *Inmediatamente tras el tratamiento, si hemos usado anestesia, notarás amplias regiones de tu boca, labios y cara sin sensibilidad. Cuando pase este efecto, puedes notar molestias en las encías que remitirán en unos días.*
- *También, puede aparecer sensibilidad en los dientes con los cambios de temperatura o al cepillarte.*
- *Finalmente, tras el tratamiento tus encías se desinflamarán y puede ocurrir que dejen al descubierto zonas del diente o entre dientes que antes estaban escondidas; notarás huecos de los que antes no eras consciente.*

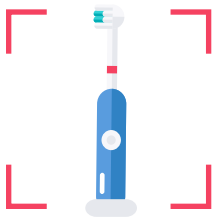
¿Qué instrucciones debes seguir y qué puedes y no puedes hacer?

En primer lugar, si has recibido anestesia debes esperar un par de horas al menos para masticar y/o consumir alimentos y bebidas frías o calientes. Si notas dolor o sensibilidad, puedes usar analgésicos o dentífricos y colutorios específicos especiales para esto. En la clínica te daremos una recomendación concreta para tu caso.

Si a lo largo del periodo de curación hay zonas de los dientes o

la encía cuyo aspecto se ve alterado, podemos hablar de ello de cara a futuro para buscar soluciones para aquellos casos en que se pueda corregir.

Pero lo más importante para que el tratamiento de tus encías den los mejores resultados es que sigas en casa las recomendaciones e instrucciones de higiene que te hemos dado en la clínica:

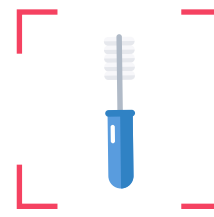


Debes cepillarte los dientes 2 o 3 veces al día durante dos minutos cada vez. Los cepillos eléctricos de cabezal redondo nos ofrecen una limpieza más profunda, permitiendo llegar mejor a todas las superficies a cepillar.

Es importante que cambies el cabezal del cepillo de dientes cada 3 meses.



Debes usar pasta de dientes con flúor e idealmente con un antimicrobiano, para proteger tanto los dientes como las encías. Los dentífricos con Fluoruro de Estaño combinan ambas funciones y pueden ser una opción ideal para tu caso dado que además ayudan en el control de la sensibilidad.



Debes introducir herramientas de limpieza interproximal, para que podamos eliminar toda la placa que se acumula entre los dientes. Idealmente, debemos usar cepillos interproximales pero también podemos ayudarnos de irrigadores, seda dental y/o colutorios.

RECUERDA: La parte más importante del partido contra la placa se juega en tu casa.



INFORMACIÓN E INSTRUCCIONES

SOBRE TU TRATAMIENTO DE ORTODONCIA



¿EN QUÉ CONSISTE EL TRATAMIENTO QUE HEMOS HECHO HOY?

Hoy acabas de iniciar tu tratamiento de ortodoncia. Por delante tienes unos meses durante los cuales tus dientes y encías se irán adaptando a la nueva posición y a la sonrisa espectacular que quedará como resultado. ¡Mucho ánimo!

El tratamiento de ortodoncia puede hacerse con aparatos que se quedan fijos en los dientes o con dispositivos que tú puedes quitar y poner en casa. En ambos casos, su función es producir pequeños movimientos que gradualmente irán desplazando los dientes a su posición ideal.

¿Qué puedes esperar tras este tratamiento?

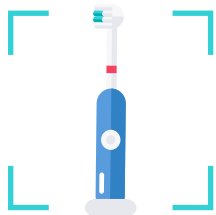
A lo largo del tratamiento las sensaciones irán cambiando, y poco a poco cada vez serás menos consciente de que llevas ortodoncia.

Estas sensaciones pueden ser:

- **Molestias por el roce de los aparatos:** Esto es muy frecuente al principio del tratamiento pero según va avanzando el tratamiento la mucosa se va reforzando y será más resistente a este roce.
- **Dolor en los dientes:** Esto es debido al movimiento que se produce en los dientes y verás que aumenta los días después de ir a ver a tu ortodoncista o, en el caso de la ortodoncia invisible, cuando cambies el alineador. Durará unos cuantos días y luego disminuirá.
- **Dispositivos que se sueltan:** En ocasiones pueden soltarse determinados alambres, los propios brackets e incluso los attaches de la ortodoncia invisible.

¿Qué instrucciones debes seguir y qué puedes y no puedes hacer?

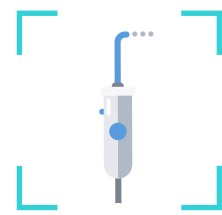
Lo primero y fundamental, es que extremes las medidas de higiene. Los aparatos de ortodoncia facilitan que la placa crezca en tu boca y eso puede ocasionar que a lo largo del tratamiento tengas caries y problemas en las encías. La solución es fácil:



Cepillado constante; 2, 3 o tantas veces al día como comas. De esta forma evitarás que se quede cualquier resto de comida escondido entre dientes y aparatos. Utiliza un cepillo eléctrico de cabezal redondo para conseguir la mejor limpieza y recuerda cambiar tu cabezal cada vez que veas que se deteriora; al llevar los aparatos puede ser necesario cambiarlo antes de los 3 meses habituales.



Utiliza pasta de dientes con flúor e idealmente con un antimicrobiano, para proteger tanto los dientes como las encías. Los dentífricos con Fluoruro de Estaño combinan ambas funciones y puede ser una opción ideal para tu caso.



Usa irrigadores y sedas dentales (Especialmente las tipo Superfloss) son un complemento muy bueno para asegurarse que no queda ningún resto en las zonas de más difícil acceso. Igualmente puedes usar colutorios con el mismo objetivo, pero recuerda: Irrigadores, seda y colutorios son complementos de un buen cepillado y una buena pasta.

Si te aparecen molestias derivadas del roce de los aparatos, puedes proteger esas zonas con cera de ortodoncia. Funciona igual que si fuera plastilina: Coge un trozo, amasalo y pégalo en la zona donde notes el roce. Deberás retirarlo para comer y reponerlo después o tantas veces como necesites.

Si notas molestia, dolor y/o presión en los dientes evita comer alimentos muy duros que requieran mucha masticación. Y si es intenso, consúltanos para poder recomendarte una pauta de uso de analgésicos.

Si se suelta algún alambre, bracket, attache o cualquier otro dispositivo no te preocupes. El tratamiento no se verá afectado. Llámamos y nos lo cuentas. En la mayoría de los casos, podremos esperar a la siguiente cita para recolocar lo que sea necesario. Si te pincha o se te clava a lo mejor sí es necesario que vengas a la consulta para que lo podamos cortar.



INFORMACIÓN E INSTRUCCIONES

SOBRE TU TRATAMIENTO DE IMPLANTES



¿EN QUÉ CONSISTE EL TRATAMIENTO QUE HEMOS HECHO HOY?

Ho y ha comenzado el periodo de rehabilitación del diente o los dientes que has perdido con la colocación del o los implantes correspondientes. Los implantes son sustitutos de la raíz de un diente fabricados normalmente en titanio. Literalmente son como tornillos alrededor de los cuales tu hueso va a crecer y van a quedar fijos en tu boca. Posteriormente sobre ellos podremos colocar el o los dientes correspondientes para que puedas sonreír y comer adecuadamente. El primer paso ha sido la cirugía de colocación de los implantes y posteriormente iremos cumpliendo las fases necesarias para la fabricación

de los dientes. Todo ello puede llevar entre varias semanas a varios meses, dependiendo del caso. Lo más importante del tratamiento de implantes es entender por qué has perdido la pieza o las piezas dentales porque esa misma causa podrá acabar con los implantes también. Y dentro de esas causas, destacan la acumulación de placa, la consecuente enfermedad de las encías y el tabaco. Por lo tanto, desde ya y sobre todo cuando tengas tu tratamiento de implantes terminado, debes extremar la higiene dental, usando cepillo eléctrico y dentífrico con antimicrobiano, y debes cesar el consumo de tabaco.

¿Qué puedes esperar tras este tratamiento?

Inmediatamente tras el tratamiento, si hemos usado anestesia, notarás amplias regiones de tu boca, labios y cara sin sensibilidad. También puede aparecer algo de sangrado que normalmente solo consistirá en cierta tinción roja de la saliva.

Cuando pase el efecto de la anestesia, puedes comenzar a notar dolor e inflamación en la zona intervenida. El dolor y la hinchazón pueden ir en aumento durante las primeras 48 horas, pero a partir de entonces irán disminuyendo hasta desaparecer pasados 7-10 días. Puedes también notar cierta sensibilidad en los dientes cercanos a la cirugía que irá disminuyendo día tras día.

Finalmente, dependiendo de la zona de la cirugía y la extensión de la misma puede aparecer algún hematoma en las primeras 24 horas que irá gradualmente cambiando de color y desapareciendo.

¿Qué instrucciones debes seguir y qué puedes y no puedes hacer?

DURANTE EL DÍA DE HOY DEBES TENER EN CUENTA LO SIGUIENTE


1 Debes evitar que sangre, para lo cual te pedimos que no toques la zona, que no te cepilles los dientes, que comas blando y frío y por el lado sano y que no te enjuagues o escupas.

2 Si notas mal sabor en la boca por la sangre puedes beber un vaso de agua, de zumo o de leche y tragártelo sin problema.

3 Si por el contrario notas que hay sangrado, con calma coge una gasa, haz con ella un paquetito firme y ponla en la zona de la cirugía apretando con los dientes mientras te sientas tranquilamente durante 15 minutos. En el extraño caso de que siga sangrando, manten la calma y llámanos. Probablemente te digamos que repitas la operación y/o que vengas a vernos a la consulta.

4 Para calmar el dolor y controlar el riesgo de infección te hemos dado una receta con la medicación que debes tomar. No olvides seguir la pauta recomendada para cada fármaco. Igualmente puedes aplicar frío en intervalos de 10 minutos siempre de manera protegida para no dañar la piel.

A PARTIR DE MAÑANA DEBES TENER EN CUENTA LO SIGUIENTE



Debes evitar que se infecte la zona intervenida. Para ello debes retomar el cepillado en las áreas lejanas a la intervención y debes enjuagar bien la zona de la cirugía con Clorhexidina tras los

cepillados, y con agua tibia con sal cada vez que puedas o comas algo. Sigue con la medicación según la pauta marcada y no olvides acudir a las revisiones programadas.



INFORMACIÓN E INSTRUCCIONES

**SOBRE TU EXTRACCIÓN
DENTAL**



¿EN QUÉ CONSISTE EL TRATAMIENTO QUE HEMOS HECHO HOY?

Ho**y** hemos realizado una o varias extracciones dentales. Al extraer el diente quedará un hueco en la encía y en el hueso que la sangre rellenará y permitiendo así que todo cicatrice adecuadamente. Pasado un tiempo podemos valorar qué opciones tenemos para rellenar ese espacio y cubrir la ausencia de piezas. Lo más importante de una extracción es entender por qué ha sido necesario hacerlo y así evitar que vuelva a ocurrir.

Dentro de esas causas, en adultos destaca la acumulación de placa, la consecuente enfermedad de las encías y el tabaco. Por lo tanto, desde ya y sobre todo cuando se haya completado el proceso de cicatrización, debes extremar la higiene dental, usando cepillo eléctrico y dentífrico con flúor y agente antimicrobiano, y debes cesar el consumo de tabaco.

¿Qué puedes esperar tras este tratamiento?

Inmediatamente tras el tratamiento, si hemos usado anestesia, notarás amplias regiones de tu boca, labios y cara sin sensibilidad. También puede aparecer algo de sangrado que normalmente solo consistirá en cierta tinción roja de la saliva.

Cuando pase el efecto de la anestesia, puedes comenzar a notar dolor e inflamación en la zona intervenida. El dolor y la hinchazón pueden ir en aumento durante las primeras 48 horas, pero a partir de entonces irán disminuyendo hasta desaparecer pasados 7-10 días. Puedes también notar cierta sensibilidad en los dientes cercanos a la cirugía que irá disminuyendo día tras día.

Finalmente, dependiendo de la zona de la cirugía y la extensión de la misma puede aparecer algún hematoma en las primeras 24 horas que irá gradualmente cambiando de color y desapareciendo.

¿Qué instrucciones debes seguir y qué puedes y no puedes hacer?

DURANTE EL DÍA DE HOY DEBES TENER EN CUENTA LO SIGUIENTE

1 Debes evitar que sangre, para lo cual te pedimos que no toques la zona, que no te cepilles los dientes, que comas blando y frío y por el lado sano y que no te enjuagues o escupas.

2 Si notas mal sabor en la boca por la sangre puedes beber un vaso de agua, de zumo o de leche y tragártelo sin problema.

3 Si por el contrario notas que hay sangrado, con calma coge una gasa, haz con ella un paquetito firme y ponla en la zona de la cirugía apretando con los dientes mientras te sientas tranquilamente durante 15 minutos. En el extraño caso de que siga sangrando, manten la calma y llámanos. Probablemente te digamos que repitas la operación y/o que vengas a vernos a la consulta.

4 Para calmar el dolor y controlar el riesgo de infección te hemos dado una receta con la medicación que debes tomar. No olvides seguir la pauta recomendada para cada fármaco. Igualmente puedes aplicar frío en intervalos de 10 minutos siempre de manera protegida para no dañar la piel.

A PARTIR DE MAÑANA DEBES TENER EN CUENTA LO SIGUIENTE

Debes evitar que se infecte la zona intervenida. Para ello debes retomar el cepillado en las áreas lejanas a la intervención y debes enjuagar bien la zona de la cirugía con Clorhexidina tras los

cepillados, y con agua tibia con sal cada vez que puedas o comas algo. Sigue con la medicación según la pauta marcada y no olvides acudir a las revisiones programadas.

