

INSTRUCCIONES PARA SEGUIR DESPUÉS DE UNA EXTRACCIÓN

La herida de una extracción regularmente sana rápidamente y sin complicaciones si se toman precauciones simples: Es importante que se forme un coágulo de sangre donde se hizo la extracción para que esta sane, así que es necesario evitar todas actividades que puedan molestar el coágulo:

- No hay que hacer succión en la boca: No hay que fumar, tampoco enjuagar vigorosamente, ni tomar líquidos con popote, paja o pitillo durante el resto del día.
- Reduzca toda actividad lo más posible por un promedio de 24 horas después de la extracción.

Cuidados al Enjuagar la Boca

Por 24 horas después de la extracción, no lave la boca vigorosamente ni limpie enseguida la herida; el coágulo que se ha formado no debe ser molestado.

Después del primer día, enjuague suavemente después de cada comida con agua y sal ($\frac{1}{2}$ cucharadita de sal en un vaso de agua tibia) este enjuague evitará que se acumulen pequeños granos de comida.

Aunque no debe lavarse vigorosamente la boca, sin embargo hay que cepillar y usar el floss por lo menos una vez al día. Esto hace que la herida sane mas ligero y a la vez eliminará el mal aliento y sabor que es común después de una extracción. Cepillar la lengua le ayuda a remover residuos de sangre y a la vez refrescar la boca.

Que Hay que Comer

Evitar líquidos alcohólicos lo mismo que líquidos calientes el primer día. Coma comidas nutritivas para ayudar en el proceso de curación. Toma bastante líquido y coma sólidos tan pronto como pueda masticar confortablemente. Comidas con proteínas (como carne y huevos) y jugos de frutas que contengan vitamina C son especialmente buenas para ayudar en el proceso de curación.

Sangrar Después de la Extracción

La herida de la extracción va a sangrar un poquito durante las primeras dos horas, aún al día siguiente; para ayudar a controlarla siga los siguientes pasos:

- Doble un pedazo de gaza limpia suficiente grueso para morder y colóquelo directamente en la parte que está sangrando.
- Presione los dientes firmemente sobre la gaza para que haya presión sobre el lugar que sangra. No lo mastique.
- Mantenga la presión por lo menos 30 minutos. Repita si es necesario.

- Usted puede botar saliva de vez en cuando, pero no succione en la parte de la extracción (y recuerde que bastante saliva y un poquito de sangre hará que parezca como si estuviese sangrando demasiado).
- Si sangre pura persiste y frecuentemente, consulte al doctor.

Que hacer en caso de Inflamación o Dolor

Un poquito de inflamación puede ocurrir, no se preocupe de eso. Lo mismo que se encontrará un poquito adolorido especialmente cuando pasa el efecto de la anestesia. Para prevenir la inflamación y dolor después de la extracción, coloque compresas frías en el area afectada. Use una bolsita con hielo, o una toallita mojada con agua fría por un promedio de 15 minutos cada hora por varias horas consecutivas. Su dentista le puede proveer una bolsa plástica de hielo para que use de camino a su casa.

Antes de tomar cualquier medicina para aliviar el dolor, consulte con su dentista. Si tiene fuertes dolores, prolongados, inflamación y sangrando fuertemente o fiebre llame al dentista inmediatamente para que se le den instrucciones necesarias.

Recuerde, usted acabó de tener una operación, sea compresivo y cuídese usted.

El teléfono de la oficina es: