FECHA DE CONSULTA	HORA	MOTIVO

tuConsultaDental.es
Viviana Hernández Milané y Colaboradores

Manu@l del Paciente

91 747 1372

En este Manual podrás encontrar todas las indicaciones necesarias para saber qué cuidados tienes que tener después de cada tratamiento.

Todo nuestro equipo está preparado y cualificado para solucionar cualquier duda.

Si en cualquier momento, ocurre algo que te parezca que no entra dentro de los parámetros normales, puedes llamarnos inmediatamente para solucionar tus inquietudes.

Además llevas en él tu Plan de Mantenimiento, especificado.

Esperamos que sea de tu ayuda

Y RECUERDA NUESTRO TELÉFONO

91 747 1372

TÉCNICAS DE HIGIENE

IRRIGADOR GINGIVAL

(WARTERPICK)

AL FINALIZAR, CON COLUTORIO, PARA TODOS LOS PACIENTES, ESPECIALMENTE EN ENFERMEDAD PERIODONTAL, PUENTES, IMPLANTES, MUCHAS OBTURACIONES, MALPOSICIONES.

1

CEPILLADO CON TÉCNICA DE BASS

APRENDIDA EN NUESTRO CENTRO

3 MINUTOS

3 VECES AL DÍA

2

HILO DENTAL EN ESPACIOS MUY CERRADOS

3

INTERPROX

EN ESPACIOS MUY AMPLIOS, PUENTES, IMPLANTES

INSTRUCCIONES PARA CIRUGÍA ORAL

-EL DIA DE LA CIRUGIA ORAL :

NO DEBES ni escupir ni enjuagarse durante 24 hs.

-NO DEBES comer alimentos duros durante al menos 15 días.

-NO DEBES hacer deporte (durante 2 días)

-NO DEBES Fumar (durante 1 semana)

-NO DEBES sonarte fuerte la nariz

-NO DEBES levantar pesos, ni tener cambios posturales bruscos durante 15 días

-DEBES permanecer lejos de fuentes de calor

-DEBES comer alimentos blandos y fríos (yogur, helado, natillas, gazpacho, zumos)

-DEBES Hielo local (envuelto en un paño o toalla, nunca en contacto directo con la piel)

-DEBES Permanecer en reposo relativo

-DEBES Tomar la medicación pautada

-DEBES Dormir con 2 almohadas altas

-Si tienes un poco de sangre en la boca durante algunas horas, NO TE ASUSTES; es normal. Has sido atendido con todas las garantías para no tener una hemorragia. Simplemente debes hacer un cuadrado con un pack de gasas y mantenerlo 20 minutos apretado sin soltar, para terminar de sellar los pequeños capilares.

INSTRUCCIONES PARA CIRUGÍA ORAL

A PARTIR DEL día siguiente

-Mantener una higiene oral estricta cepillándote los dientes después de cada comida. Puedes usar un cepillo muy suave postquirúrgico.
-Enjuagarte con agua con un colutorio de clorhexidine después de las comidas
-Aplicarse PERIO-KIN GEL en la zona intervenida durante 2 semanas
En caso de sangrado en tu domicilio aplicar gasa empapada en Amchafibrin ® y comprimir la zona, permanecer sentado y en reposo.
-La segunda semana cambia el colutorio de clorhexidine por enjuagues con agua de sal durante una semana.

MEDIDAS EXCEPCIONALES

En caso de INJERTOS ÓSEOS NO DEBERÁS COLOCARTE PRÓTESIS REMOVIBLES EN LA ZONA INJERTADA HASTA QUE LA DRA. TE LO INDIQUE
EN CASO DE INJERTOS DE TEJIDOS BLANDOS, O MICROCIRUGÍA PERIODIONTAL, DEBES EVITAR MOVILIZAR EXCESIVAMENTE LOS LABIOS Y CARRILLOS (reírte a carcajadas, silbar, gesticular en exceso) al menos durante 15 días.
En caso de INJERTOS DE PALADAR, tendrás una férula de protección como ya te indicaremos.

ANTE CUALQUIER DUDA ACUDIRÁS A CONSULTA

ORTHOAPNEA

FÉRULAS DE PARA LA APNEA Y EL RONQUIDO

Orthoapnea representa la última generación de dispositivos y es la única solución contrastada para el tratamiento de la roncopatía y la apnea del sueño cuya eficacia ha sido probada en diferentes estudios clínicos y en la actualidad es el dispositivo usado, probado y recomendado en las principales unidades del sueño de los hospitales más destacados de España.

Cepíllela con el propio cepillo de dientes con agua fría y jabón neutro enjuagándola muy bien para que no queden resto de jabón.

Nunca utilice agua caliente o hirviendo para limpiar su Orthoapnea®.

Contraindicaciones

No use el dispositivo Orthoapnea® en caso de tener enfermedad periodontal y movilidad dentaria

Posibles efectos secundarios

El uso del dispositivo Orthoapnea® puede causar en casos contados efectos secundarios temporales que suelen desaparecer después de la aplicación:

- Leve incomodidad dental o mandibular.
- Aumento de la salivación.
- Cambios temporales en la mordida que suelen desaparecer después del uso del estabilizador de oclusión por la mañana después de haber retirado el dispositivo.
  Si los efectos secundarios continúan, por favor póngase en contacto con nosotros.

FÉRULAS DE DESCARGA

La **férula de descarga** es el tratamiento más frecuente y eficaz del bruxismo (apretar y rechinar los dientes).

La utilización de la **férula de descarga** conlleva la necesidad de acostumbrarse a ella, ya que en los primeros días se produce un exceso de salivación y puede causar alguna dificulta a la hora de hablar.

Cuidados de la férula de descarga

La **férula de descarga** será revisada por la Doctora de forma periódica, con el fin de ajustarla o repararla.

La colocación debe hacerse con los dedos y después de haberla mojado, y hay que asegurarse de esto se ha realizado correctamente antes de morder sobre ella, ya que de lo contrario puede producirse su rotura o causar heridas en las encías.

Para quitarla hay hacerlo tirando simultáneamente de ambos lados.

Luego hay que lavarla con un cepillo y jabón o pasta de dientes y guardarla en su caja, NUNCA HÚMEDA.

Debes limpiarla con una pastilla desincrustante al menos una vez al mes.

CIRUGÍA DE IMPLANTES

Si llevas **cirugía convencional,** los cuidados serán los explicados para cirugía oral en las páginas anteriores

No deberás portar prótesis hasta que la Doctora no te lo indique.

Si llevas **CIRUGÍA MÍNIMAMENTE INVASIVA,** tendrás colocados desde el primer momento unos **PEQUEÑOS TAPONES CONFORMADORES DE ENCÍA.**

Estos tapones pueden aflojarse durante los meses de integración del implante.

NO TE ASUSTES!!!!! NO ES UN PROBLEMA:.

NO SE TE HA CAIDO EL IMPLANTE; solo se ha desenroscado el tapón de sellado.

En tal caso debes acudir a consulta lo antes posible, para que la Doctora los enrosque nuevamente.

En estos casos debes realizar una higiene normal DESDE EL PRIMER DÍA, acompañado de una semana de enjuagues de Clohexidine.

EN CASO DE **CARGA INMEDIATA,** es decir, colocación de implantes y dientes el mismo día, deberás seguir estrictamente las indicaciones de higiene que te demos, completándola SIEMPRE con un irrigador bucal, tipo Water Pick que te prescribiremos..

EN CASO DE DOLOR, O INFLAMACIÓN DEBES ACUDIR A CONSULTA.

ORTODONCIA REMOVIBLE

Loa aparatos removibles de Ortodoncia se deben utilizar 24 hs al día.

SOLO puedes retirarlos para comer, y después del cepillado , recolocarlos inmediatamente.

Acudirás a los controles cuando se te indique.

Llevarás una caja para poder guardarlo cuando comas, para evitar perderlo.

Debes limpiarlo con un cepillo y aclararlo con agua fría.

Cada 15 días puedes darle un baño de 15 minutos en pastillas desincrustantes.

Debes seguir estrictamente las pautas de activación que te indique la Dra. Y las vueltas de tornillo SIEMPRE se dan FUERA DE LA BOCA, para evitar tragarse la llave.

En caso de que el aparato ajuste demasiado, haga úlceras o se caiga, DEBES ACUDIR A CONSULTA.

ORTODONCIA INVISIBLE

Los alineadores se deben utilizar 24 horas, excepto para comer.

Debes cepillarte los dientes y el alineador después de cada comida.

Para limpiarlo solo debes usar agua y cepillo de dientes

El alineador se debe introducir y retirar con cuidado. No se debe manipular con agua caliente.

Es normal que durante su uso puedan aparecer como efectos secundarios, dolor en los dientes, exceso de saliva, inflamación de las encías.

Si la Doctora te indica gomas de extrusión, es imprescindible que las utilices.

Como ya sabes, según tu consentimiento infirmado, los alineadores no tienen garantía por extravío, ni rotura. Por favor, cuídalos.

BLANQUEAMIENTO EN CLÍNICA

40 minutos, 1 sesión clínica

- Aplicaremos durante unos 40 minutos un gel de pH neutro para una máxima eficacia y seguridad
- Contiene una fórmula PF(nitrato de potasio y floururo de sodio) para reducir la sensibilidad y proteger contra las caries
- No debe tomar alimentos oscuros durante al menos, 1 semana- después de efectuado el blanqueamiento, ya que los dientes tendrán en ese lapso de tiempo más tendencia a mancharse. (té, café, vino, tinto, soja…)
- Se recomienda no fumar, para conseguir óptimos resultados

Con la garantía absoluta ULTRADENT, INC.

BLANQUEAMIENTO NOCTURNO EN CASA

8 horas diarias de 5 a 10 aplicaciones

- Colocar sólo una gota de gel, en cada cavidad de los dientes a blanquear, por la cara exterior del diente.(NO MÁS DE 1/3 DE JERINGA POR ARCADA Y POR NOCHE)
- Posicionar y adaptar la férula en la arcada dentaria suavemente.
- Si se desaloja algo de gel, retirarlo con un bastoncillo. No debe tragarse, aunque no es tóxico.
- Dejar la férula colocada toda la noche.
- Al levantarse, retirarla, limpiarla con agua fría.
- Proceder al enjuague de la boca y cepillado habitual de los dientes.
- No debe tomar alimentos oscuros durante al menos, 1 hora después de retirada la férula, ya que los dientes tendrán en ese lapso de tiempo más tendencia a mancharse. (té, café, vino, tinto, soja…)
- Se usará la férula durante 8 a 10 días.

ORTODONCIA CON BRACKETS

La colocación de brackets implicará que durante algunos días, los tejidos blandos tengan que acostumbrarse a un cuerpo extraño dentro de la boca. Por ende es normal que aparezcan pequeñas llaguitas que puedes evitar perfectamente con la colocación de la cera de Ortodoncia que te prescribiremos.

Durante la primera semana, cuando los dientes empiecen a moverse, tednrás una sensación ligeramente desagradable al masticar, que manejaremos con los antiinflamatorios que te prescriba la Doctora.

NO puedes comer, quicos, chicles, debes evitar los frutos secos, ya que producen el despegamiento de los brackets.

El recementado del bracket, tiene un coste. Por ende, te rogamos que sigas atentamente las instrucciones.

ES OBLIGATORIO, que utilices los elásticos intermaxilares, que se prescriban según tu caso, ya que el no uso de éstos, retrasa o impide llevar el tratamiento a buen término.

LA HIGIENE DURANTE EL TRATAMIENTO DE Ortodoncia, debe extremarse, ya que los brackets tenderán a acumular más placa. Para que lo consigas, te adiestraremos convenientemente en la técnica de higiene.

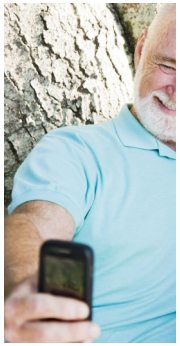
En tratamientos largos, es normal que debas realizarte una limpieza cada 6 meses, y también es posible que se requieran controles radiográficos durante el mismo, para valorar la evolución de maxilares y raíces.

ES MUY IMPORTANTE, que no faltes a tus citas, hecho que nos ayudará a acortar los tiempos de tratamiento.

PRÓTESIS REMOVIBLE COMPLETA O PARCIAL

Si llevas prótesis removible debes saber

Que tienes que pasar una época de adaptación al dispositivo que podrá hacerte alguna rozadura.



Debes acudir a consulta para realizar pequeños retoques y ajustes.

Debes quitarla después de cada comida para cepillarla y cepillar tus dientes y/o encías

NO debes meterla en vasos de agua

NO debes quitarla para dormir

Es conveniente que la limpies con pastillas desincrustante una vez cada 15 días.

Deberás acudir a revisiones anuales, para ajustar los ganchos o para realizar un relleno , ya que tus maxilares y encías siguen mermando y las prótesis se desajusta.

Cuanto mejor adaptada esté más cómodo estarás y más tiempo durará tu prótesis.

Debes ser consciente, que una prótesis removible SIEMPRE tendrá un cierto grado de movilidad, dado que se apoya sobre una mucosa resiliente, por muy bien confeccionada que esté. Podrás ayudarte con adhesivos como el Corega o el Kukident

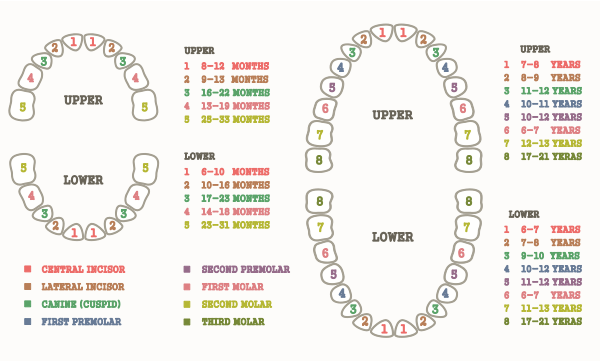
Por ello nacieron los implantes, que son los únicos que asegurar unas prótesis totalmente fijas.

- Es aconsejable traer a los niños a consulta entre los 3 y los 4 años.
- Se establecerá un plan de revisiones gratuito para controlar el crecimiento y desarrollo de la dentición
- A los 6 años con la erupción del primer molar permanente deberemos sellarle las muelas para evitar que desarrollen caries a edad temprana en dientes que son para toda la vida
- En las revisiones también os indicaremos la necesidad de realizar topicaciones de Flúor para reforzar el esmalte.
- Según el niño vaya creciendo y adquiriendo mayor psicomotricidad, le enseñaremos la técnica de higiene más adecuada para su edad.
- También te daremos asesoramiento dietético, para evitar alimentos cariogénicos.
- En las revisiones iremos controlando la necesidad o no de tratamiento ortodóncico.
- En caso de traumatismo, muy frecuente en los niños, y la posible pérdida o avulsión de un diente por un golpe, debes inmediatamente , recoger el diente avulsionado, meterlo en leche bien en la boca del niño entre los labios y los dientes para que esté hidratado por la saliva y traerlo inmediatamente a consulta para intentar la reposición.
- Para más información puedes leer nuestra página web www.tuconsultadental.es

"Tu tranquilidad en nuestras manos. Visita gratuita cada 6 meses"

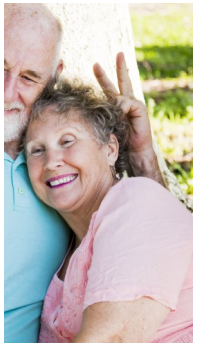
ODONTOPEDIATRÍ@

CRONOLOGÍA DE LA ERUPCIÓN DENTARIA



PRÓTESIS FIJA

Las prótesis fijas, son dispositivos de cerámica, zirconio o disilicato de litio que reemplazan tus dientes ausentes, pero asentándose sobre otros dientes tuyos naturales que han sido antes tallados para dar cabida a estas coronas o puentes.



Por tanto están fijadas a tus dientes con cementos.

Estos cementos con los años pueden aflojarse.

Además entre tu diente, y la corona y la encía existe una interfase, que debes cuidar con una higiene extrema.

Para ello te recomendaremos el uso de cepillos interdentales, hilo dental e irrigadores gingivales.

Debes acudir a revisión cada año, para chequear, que todos éstos parámetros estén bieny para realizar una limpieza especialmente en las áreas de los puentes que pueden haber acumulado más placa bacteriana o sarro que tú no puedes detectar.

PRÓTESIS SOBRE IMPLANTES

SOBRE DENTADURA SOBRE BARRA

La sobre dentadura requiere cierto mantenimiento.

Debes retirarla cada vez que comas, para lavarla con cepillo y agua y debes cepillar perfectamente la barra de sujeción, especialmente las zonas de unión entre implantes-encía y barra, con cepillos interproximales, hilo Super-floss e irrigador gingival.

La acumulación de placa entorno a los implantes que soportan la barra, pueden sufrir procesos de inflamación y pérdida ósea al igual que los dientes. Este proceso se llama PERIIMPLANTITIS y debes evitar que se produzca, con tu higiene diaria, y tus revisiones anuales.

PRÓTESIS HÍBRIDA ATORNILLADA

La prótesis atornillada SOLO puede ser desmontada por el odontólogo, y es imprescindible que lo hagamos al menos una vez al año, ya que tiene zonas inaccesibles para el paciente, que deben ser higienizadas anualmente, ya que tú no la puedes quitar, puesto que está anclada mediante micro tornillos a los implantes.

PRÓTESIS FIJA SOBRE IMPLANTES

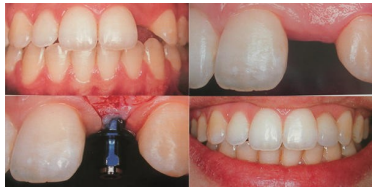
La prótesis fija a parte de su estética y belleza, tiene la gran ventaja de ser como tus dientes naturales.

Y por tanto requiere los mismos cuidados de higiene para mantener la salud de la encía y del hueso que soporta a los implantes, y evitar los molestos casos de periimplantitis.

Para ello nuestro equipo te adiestrará sobre técnicas de higiene, con cepillo convencional y elementos interdentales.

En los casos de prótesis fija atornillada o cementada, la Doctora te informará de la necesidad de que utilices para dormir una férula de descarga, ya que es posible que bruxes al igual que lo hacemos con los dientes naturales, a efectos de proteger los implantes de sobrecargas.

En todos los casos, puede haber durante el transcurso de los años aflojamiento de los micro tornillos, por tanto:

EN LA REVISIÓN ANUAL REALIZAREMOS

UN CONTROL DE LA MORDIDA, UNA RADIOGRAFÍA DE CONTROL DEL NIVEL ÓSEO DE LOS IMPLANTES, UNA HGIENE Y PROFILAXIS, AJUSTE DE ALGÚN MICRO TORNILLO SI FUERA NECESARIO, LAS SOBREDENTADURAS PUEDEN REQUERIR RECAMBIO DE LOS CLIPS DE SUJECIÓN A LA BARRA.