

RECOMENDACIONES PARA PACIENTES CON ORTODONCIA:

Queridos pacientes y amigo:

Todos el equipo de la clínica nos acordamos mucho de todos vosotros en estos días, queremos recordaros una serie de **precauciones** que debéis tener durante estos días de confinamiento para evitar posibles complicaciones con el tratamiento de ortodoncia:

- 1) Evitar el consumo de chicles y caramelos pegajosos que puedan descementar o descolocar algún elemento de la aparatología.
- 2) No hacer palanca con alimentos/objetos duros (bocadillos de pan, morder bolis, morderse las uñas...)
- 3) Reducir el consumo de alimentos duros como son los frutos secos (quicos, nueces, pistachos, anacardos...) o pan tostado, picos de pan o huesos de aceituna...
- 4) Cepillarse los dientes, las encías y la lengua, dedicando el tiempo suficiente y con la máxima eficacia.
- 5) No tocar el aparato con las manos sucias.

¿Qué hacer en caso de urgencia?

- **Si se te despega algún bracket o elemento del aparato**, intenta no tocarlo, ni tirar de él. En caso de que te este pinchando o te moleste, procura poner cera de ortodoncia en la zona (la venden en las farmacias) para proteger del roce y molestias. Si esta suelto, extráelo y lo guárdalo. Contacta con nosotros por whatsapp para que estemos informados.

- **Si te sale alguna llaga en la boca o se te inflama la encía**, recuerda que es muy importante limpiar bien la zona, por lo que debes extremar la higiene con un buen cepillado, también puedes enjuagarte con agua con sal (1L de agua/ 1 cucharada de sal), usar un colutorio que lleve clorhexidina (ej.: perio-aid, bexident encías, lacer clorhexidina) o aplicar un gel regenerador de tejidos (ej.: oddent, aftamed, lacer mucorepair..). Puedes enviarnos una foto mediante whatsapp si te preocupa la lesión o se prolonga en el tiempo (más de una semana).

- **Si se te cae alguna goma del aparato** no pasa nada.

- **En caso de que estés usando gomas**, es muy importante la colaboración. Recuerda que ahora, más que nunca, necesitamos que seas muy disciplinado para que el tratamiento siga su cauce. Si te quedan ya pocas gomas, intenta economizarlas hasta que nos podamos volver a ver, puedes usar un juego de gomas para todo un día completo (día y noche). Es importante que cumplas las 22/h al día para que el efecto sea el deseado.

- **Si notas que se te mueve algún "aro" de las muelas**, intenta no tirar de él. Puede ser que lo notes un poco suelto, pero intenta que no se salga del todo de la muela. En caso de que se salga, intenta encajarlo en la muela de nuevo.

- **Si estas ya en fase de retención**, es muy importante que hagas uso de tu **férula de retención** con las pautas que te hayamos indicado. En caso de llevar una **barrita fija**, mucho cuidado con no morder cosas duras para que no se despegue. Si notas que te pincha un poco, intenta doblar la esquina que te este molestando, o pon un poco de cera en la zona para proteger. A no ser que estés muy molesto, intenta no arrancar la barrita.

Para cualquier duda o aclaración, puedes contactar con nosotros en el

TELÉFONO DE URGENCIAS /WHATSAPP 649 805 943.

También puedes ver mas información la web (www.odontologiapozuelo.es) y en nuestras **redes sociales** siguiendonos en Facebook.

Estamos deseando poder volver a verte y que toda esta situación pase pronto. Ánimo en estos días y esperamos que todos estéis bien. Contad con nosotros en lo que podamos ser de ayuda.

Gracias por tu confianza en nuestro equipo.

Un afectuoso abrazo.

CENTRO ODONTOLÓGICO DR. POZUELO