DENTISTAS-ALBACETE.COM

Cuidados después de una extracción dental

Qué hacer en las primeras 72 horas · Guarda esta hoja a mano

La herida necesita formar un coágulo estable para cicatrizar bien. Estas son las pautas generales: sigue siempre las indicaciones concretas de tu dentista.

La primera hora

- [ ] **Muerde la gasa** con firmeza durante 30 a 45 minutos, sin hablar ni mirarla.
- [ ] Si al retirarla sigue sangrando, coloca otra **gasa estéril** y repite.
- [ ] **No comas** hasta que pase el efecto de la anestesia.

Las primeras 24 horas

- [ ] **No te enjuagues ni escupas** con fuerza.
- [ ] **No uses pajitas** ni succiones.
- [ ] **Frío por fuera** de la cara, envuelto en un paño, en intervalos de 15 minutos.
- [ ] **Comida blanda** y templada o fría: yogur, purés, cremas, tortilla, pescado.
- [ ] Duerme con la **cabeza algo elevada**.
- [ ] Sin ejercicio intenso, alcohol ni bebidas muy calientes.
- [ ] Toma la **medicación** tal como te la hayan indicado.

Del segundo al tercer día

- [ ] **Enjuagues suaves** con agua tibia y sal o con el colutorio indicado, dejando caer el líquido.
- [ ] **Cepíllate** con normalidad el resto de los dientes, con cuidado en la zona.
- [ ] La inflamación suele ser mayor el segundo o tercer día y después remite.

No fumes ni vapees al menos durante las primeras 72 horas. El tabaco multiplica el riesgo de alveolitis seca, una complicación muy dolorosa.

Llama a tu clínica si...

- El sangrado no cede tras 30 minutos de presión con una gasa.
- El dolor aumenta a partir del tercer día.
- Tienes fiebre o la inflamación sigue creciendo después de 72 horas.
- Notas mal sabor persistente o pus.
- El labio o la lengua siguen dormidos horas después.

Teléfono de mi clínica _____

Fecha de la extracción _____