

Dentaduras postizas: instrucciones para después del tratamiento

Dentures: post-treatment instructions (Spanish)

Las dentaduras postizas se diferencian de los dientes naturales en el modo de sentir y de masticar. También pueden cambiar el modo de hablar y el aspecto físico. Tómese el tiempo para acostumbrarse a su nueva dentadura postiza; es normal necesitar algún tiempo para acostumbrarse a ella. Hable con su dentista sobre los problemas potenciales antes de abandonar la clínica dental.

¿Qué puedo esperar después del procedimiento?

- ❖ Puede esperar puntos dolorosos en las áreas de tejido blando a medida que la dentadura se vaya asentando. Si tiene la boca dolorida, siga los pasos siguientes:
 1. Quítese la dentadura y vuelva a ponérsela al día siguiente.
 2. Enjuáguese la boca con cuidado cada cuatro horas con agua tibia con sal (1/2 cucharadita de sal en 8 onzas de agua tibia) durante dos o tres días.
 3. Aplique una pomada de venta libre a las encías.
 4. Si los puntos dolorosos persisten durante más de tres días, llame a la clínica dental para hacer una cita. Trate de ponerse la dentadura 24 horas *antes* de su cita para que el dentista pueda localizar los puntos dolorosos.
- ❖ Las dentaduras nuevas pueden producir un exceso de saliva. Esto irá disminuyendo a medida que la boca se vaya adaptando.
- ❖ Al principio, la dentadura se sentirá abultada, aunque sea muy delgada. Tómese tiempo para adaptarse.
- ❖ La dentadura puede sentirse suelta al principio (especialmente la inferior) y puede moverse al masticar o al hablar. Esto disminuirá cuando aprenda a controlarla con los músculos de las mejillas, los labios y la lengua.
- ❖ Practique cómo hablar con su nueva dentadura leyendo en voz alta. Tómese tiempo para adaptarse.

(Continúa)

- ❖ La vida útil promedio de una dentadura es de entre cinco a siete años —a veces menos— debido a los cambios de tejido, el desgaste o el cambio de material.

¿Cómo puedo cuidar mi boca y la dentadura?

- ❖ Consuma alimentos blandos durante la primera semana. Vaya incorporando alimentos nuevos a medida que se sienta más cómodo con su nueva dentadura. Los alimentos fibrosos, como las verduras crudas, ciertas frutas o el bistec, pueden ser difíciles de masticar con dentadura. Corte la comida en trozos pequeños y mastique con los dos lados al mismo tiempo, si le es posible.
- ❖ Cepille la dentadura al menos una vez al día con un cepillo blando para dentadura y agua y jabón suave, o use un limpiador de dentadura, como Polident®. La mejor forma de hacerlo es sobre un lavabo lleno de agua, ya que si se le cae la dentadura, es menos probable que se rompa. Cepille las encías, el paladar y la lengua con un cepillo blando para quitar la placa bacteriana.
- ❖ Si se puso un revestimiento blando (material blanco o transparente) en la dentadura, tenga cuidado de no quitarlo. Para lavar dentaduras con revestimiento blando, simplemente enjuáguelas con agua tibia. ***¡No las remoje en limpiadores para dentaduras!***
- ❖ Quítese la dentadura de la boca durante parte del día para mantener el tejido bucal en buen estado. Lo más cómodo es hacerlo al dormir durante la noche. Coloque la dentadura en un recipiente con agua cuando no la tenga puesta.
- ❖ ***No coloque nunca la dentadura en agua caliente***, ya que puede deformarse.
- ❖ Si lleva una dentadura parcial o una sobredentadura, mantenga limpios los dientes naturales (para prevenir su caída). Una gran cantidad de restos de comida se almacena debajo y alrededor de la dentadura y puede llevar al deterioro de los dientes o las raíces. Cepíllelos bien para quitar los restos de comida. Limpie la dentadura y la boca después de comer y antes de dormir. Si no puede limpiar la dentadura y la boca después de comer, enjuague al menos la boca y la dentadura con agua.
- ❖ Recuerde hacer una cita anual (o cada seis meses si es posible) para revisar la sujeción de la dentadura y realizarse pruebas para la detección de cáncer de boca y otros problemas de salud bucal. Tenga la dentadura fuera de la boca durante 48 horas (dos días) antes de la cita para que el dentista pueda revisar la sujeción adecuadamente.
- ❖ ***Si tiene una llaga en la boca que no se cura en dos semanas, haga que se la examinen.***

(Continúa)

¿Qué debo hacer en caso de una emergencia?

Llame a la clínica dental si tiene alguna pregunta o preocupación. Es probable que necesite acudir más veces al dentista después de la primera revisión postoperatoria; estas visitas pueden incluir varias semanas de ajustes.

Dentures: post-treatment instructions

Dentures differ from natural teeth in how they feel and how they chew. They may also change your speech and appearance. Allow yourself the time you need to get used to your new dentures — it's normal. Discuss potential problems with your dentist before you leave your dental clinic.

What can I expect after the procedure?

- You can expect sore spots in the soft tissue areas as your dentures settle in. If your mouth is sore, take the following steps:
 1. Remove your dentures and replace them the following day.
 2. Rinse your mouth gently every four hours with warm salt water (1/2 teaspoon of salt in 8 ounces of warm water) for two to three days.
 3. Apply an over-the-counter ointment to your gums.
 4. If sore spots persist for more than three days, call your dental clinic to schedule an appointment. Try to insert your dentures 24 hours *before* your appointment, so your dentist can locate the sore spots.
- New dentures may produce excess saliva. This will decrease as your mouth adapts.
- No matter how thin your dentures are, they will feel bulky at first. Allow time to adjust.
- Your dentures may feel loose at first (especially a lower denture) and may move while chewing or speaking. This will decrease once you learn to control them with the muscles of your cheeks, lips and tongue.
- Practice speaking with your new dentures by reading out loud. Allow time to adjust.
- The average life of a denture is about five to seven years — sometimes less — due to tissue changes, wear or change in material.

Continued

How can I take care of my mouth and dentures?

- Choose soft foods for the first week. Gradually introduce new foods as you get more comfortable with your new dentures. Fibrous, stringy food, such as raw vegetables, certain fruits or steak, can be difficult to chew with dentures. Cut food into small pieces and chew on both sides at the same time, if possible.
- Brush dentures at least once a day with a soft denture brush and mild soap and water, or use a denture cleaner, such as Polident®. It is best to do this cleaning over a sink filled with water. If your dentures drop — they are less likely to break. Brush your gums, roof of your mouth and tongue with a soft toothbrush to remove plaque.
- If a soft liner (clear or white material) was placed in your denture, be careful not to remove it. To clean dentures with soft relines, simply rinse under warm water. ***Do not soak in denture cleaners!***
- Leave your dentures out of your mouth for part of each day to keep oral tissue healthy. The easiest time to do this is during sleep. Place your dentures in a container of water when out of your mouth.
- ***Never place your dentures in hot water;*** they may warp.
- Keep your natural teeth clean (to prevent tooth loss) if you wear a partial denture or overdenture. A great deal of food collects underneath and around dentures and may lead to tooth or root decay. Brush well to remove bits of food. Clean your denture and mouth after eating and before sleeping. If you can't clean your denture and mouth after eating, then at least rinse your mouth and denture with water.
- Remember to make a yearly appointment (or if possible, a six-month appointment) to check the fit of your dentures and to be screened for oral cancer and other oral health problems. Leave your dentures out for 48 hours (two days) before your appointment so your dentist can properly check the fit.
- ***If you have a sore that doesn't heal within two weeks, have it examined.***

What should I do in case of emergency?

- Call your dental clinic if you have questions or concerns.

You will likely need additional visits after your first post-operative check. These may include several weeks of adjustments.