

¿Qué cuidados debo seguir tras la extracción de terceros molares?

Dr. José Luis Vega Chila
Cirujano dentista
Implantólogo Dentomaxilar



DIETA

Es aconsejable esperar al menos 2 horas después de la cirugía para empezar a beber o comer algo.

Una vez que se haya cumplido ese plazo, te recomendamos que sigas una **dieta blanda y fría** durante el resto del día, evitando masticar sobre la zona intervenida.

Aunque debes beber bastante líquido y las bebidas frías están recomendadas, es importante que **no tomes alcohol**.

CEPILLADO Y ENJUAGUES

Puedes cepillar los dientes pero de forma muy suave, y siempre evitando la zona de la boca que ha sido intervenida.

A partir del día siguiente a la exodoncia, enjuágate suavemente con un enjuague bucal (Clorhexidina 0,12%).

MEDICACIÓN

Sigue las instrucciones que conversamos relativas a los medicamentos y no interrumpas el tratamiento antes de tiempo sin una causa justificada.

En caso de que adviertas alguna reacción desfavorable al tomar la medicación, deja de tomarla inmediatamente y ponte en contacto conmigo a través del whatsapp.

SANGRADO E INFLAMACIÓN

La cirugía puede provocar un sangrado durante 24 horas posterior.

La primera noche duerme en posición de 45°

Si transcurridas 48 horas el sangrado no cesa, contáctame por whatsapp.

Generalmente, la hinchazón se mantiene durante 48 o 72 horas tras la cirugía.

Aplica una compresa fría en la zona. También puedes utilizar hielo.

TABACO

Es aconsejable que se elimine, o al menos se reduzca, el consumo de cigarrillos durante una semana antes y otra después de la intervención. De este modo, las posibilidades de éxito serán mayores y no tendrás problemas en cuanto a irritación de tejidos, cicatrización o infecciones.

EJERCICIO FÍSICO

El mismo día de la cirugía conviene que descanses todo lo que puedas y evites hacer movimientos bruscos.

En caso de que practiques deporte o alguna actividad física de manera regular, te recomendamos que la suspendas durante una semana. Así, evitarás problemas relacionados con el sangrado, la inflamación o el dolor.