

---

## RECOMENDACIONES DESPUES DE UNA ENDODONCIA

- Es normal que **DUELA**, sobre todo los primeros días. Puede tomar sus **analgésicos** habituales (*aspirina, gelocatil, nolotil*, etc.).
- Puede **INFLAMARSE**. En este caso será necesario que tome **antibióticos**. Si no es alérgico a la penicilina, puede tomar *Clamoxyl 750* (1 cada 8 horas durante 1 semana). Si es alérgico o tiene cualquier duda, **llámenos** por teléfono.
- Debe **COMER** por el **lado contrario** al de la endodoncia durante los primeros días para evitar que duela o se fracture el diente o muela.
- Puede y debe **CEPILLARSE** los dientes **de forma habitual** desde los primeros momentos, incluso en la zona de la endodoncia.

## RECOMENDACIONES PARA EL BLANQUEAMIENTO DENTAL

- Es normal cierta **hipersensibilidad** con alimentos, bebidas frías e, incluso espontáneamente, en forma de pinchazos o latigazos ocasionales durante las primeras 24-48 horas; la mejor manera de aliviarlo es enjuagarse abundante y frecuentemente con agua tibia; puede tomar un antiinflamatorio tipo ibuprofeno
- Coloque **una gota de gel en las férulas**, en cada cavidad de los dientes a blanquear por la parte exterior del diente durante la primera semana después del tratamiento blanqueador; es suficiente con tenerlo en boca durante 1 hora, mejor antes de acostarse; esto reforzará el tratamiento y retrasará las recidivas
- Al retirar las férulas, **límpielas** con un cepillo y agua fría
- Después de la primera semana, pincele los dientes blanqueados 3 veces al día hasta acabar el contenido del **pincel de refuerzo**, que tiene el mismo objetivo que la férula; déjelo actuar sin pasar la lengua ni los labios durante 30 segundos; luego haga ya vida normal
- En las **72 horas posteriores** y, en todo el tiempo posible que dure el tratamiento de refuerzo **NO debe tomar alimentos oscuros o con capacidad de producir tinciones** tales como tabaco, vino tinto y rosado, café, té, refrescos de cola, mosto, alcachofa, remolacha, cerezas, fresas, moras, frambuesas, granadas, sandía, uvas negras, chocolate, cacao, zanahorias, brécol, espinacas, tomate frito, tinta de calamar, colorante, azafrán, etc.