

## **POST-INSERTION INSTRUCTIONS FOR COMPLETE DENTURE PATIENTS**

1. Do not expect the denture to feel comfortable at first. The muscles tend to dislodge the dentures, but with experience, these muscles can be trained to assist in keeping these dentures, especially the lower in place. Do not form the habit of loosening the dentures with the tongue and lips. The lower denture is seldom equal to the upper either in ability to remain in place or to withstand biting pressure.
2. Soreness may develop at any time. We will see you within (24-48) hours of insertion for adjustments. If you need to remove the denture(s), please be sure to wear the denture for at least one hour prior to your adjustment appointment. After adjustments, warm salt-water rinses (1 teaspoon of salt to 1 cup of warm water – rinse 2-3 time daily) are recommended to heal sore spots on your gum tissues.
3. Wearers of dentures must learn to eat and speak with them. Begin with soft foods and gradually learn to eat foods that are more difficult to chew. Cut your food into smaller pieces and divide your food evenly on both sides of your mouth to chew. Take small bites. Preferably, bite food off at the corners of your mouth. The front teeth are not designed to bite or chew with. They are there for esthetics and speech.
4. Learning to speak with your dentures requires practice and patience. Reading aloud in front of a mirror is a good way to learn to speak distinctly. Avoid movements of lips and tongue that tend to dislodge the denture.
5. You may experience an increase in your saliva. This is temporary and may last for up to 2-3 weeks.
6. Cleanse the dentures several times a day. Procure a denture brush at any drugstore. Using denture-cleansing pastes, ½ baking soda and ½ salt, or ordinary salt as a cleanser brush your dentures after meals and before bedtime. The denture may be cleansed by soaking in a solution containing 1 teaspoon of bleach and 2 teaspoons of water softener (i.e. Calgon). Do not use bleach if you are cleansing a partial denture containing a metal framework. Fill the basin over which the denture is being held and hold close to the water. If the denture is dropped, the water will break the fall.
7. We recommend removing the dentures during sleeping hours, thus giving the mouth tissues a rest. They should be placed in a glass of water, or if they dry out, warpage may occur. If you cannot remove during sleeping hours, you must find a minimum of 4 waking hours that you can be without your denture. Your tissues must be given the chance to recover.
8. Dentures are artificial substitutes. Your dentures are not permanent. You must give your dentures the necessary care and upkeep they require to receive maximum comfort and usefulness. Over time, your supporting tissues will change. Your dentures will begin to feel loose. We recommend that complete denture wearers be evaluated annually for a reline or rebase procedure. It may be recommended to restore fit and function.

## **INSTRUCCIONES POST-INCERCIÓN PARA PACIENTES DE DENTADURA COMPLETA**

1. Es probable que la dentadura postiza se sienta incómoda al principio. Los músculos de la boca tienden a desplazar la dentadura, pero con la práctica, estos músculos pueden ser entrenados a mantener la dentadura postiza en su lugar, especialmente la inferior. La dentadura inferior raramente exhibe las mismas características que la superior en cuanto a su habilidad de mantenerse en su lugar o en su habilidad de resistir la presión que se produce al morder.
2. Puede presentarse dolor en cualquier momento. El ajuste de la dentadura se hará en la siguiente consulta a realizarse de 24 a 48 horas posterior a la inserción. Si Ud. necesita sacarse la dentadura, favor asegurarse de reinsertarla y usarla por lo menos durante una hora antes de su cita de ajuste. Después de los ajustes, para sanar los puntos irritados en los tejidos de sus encías, recomendamos enjuagarse la boca con agua tibia con sal (1 cucharadita de sal por cada taza de agua tibia - enjuague 2-3 veces al día).
3. Las personas que usan las dentaduras postizas deben aprender a comer y hablar con ellas. Comience con comidas suaves y aprenda gradualmente a comer comidas que son más difíciles de masticar. Corte su comida en pequeños pedacitos y al masticar, divida la comida en iguales porciones en ambos lados de la boca. Muerda solo porciones pequeñas. Es preferible que muerda la comida solamente con los dientes laterales de la boca, ya que los dientes delanteros de su dentadura no están hechos para morder ni masticar. La principal función de estos es para razones de estética y fonética.
4. Aprender a hablar con su nueva dentadura requiere práctica y paciencia. Una buena manera de aprender a hablar claramente es leer en voz alta, frente un espejo. Evite movimientos de los labios y la lengua que tengan la tendencia de dislocar la dentadura.
5. Puede sentir un aumento en la cantidad de saliva que producirá. Esto es temporal y puede durar hasta dos o tres semanas.
6. Limpie su dentadura varias veces al día. Compre un cepillo de dentaduras en cualquier farmacia. Para la limpieza, use pastas especialmente formuladas para dentaduras postizas. También puede usar  $\frac{1}{2}$  cucharadita de bicarbonato de sodio (Baking Soda) con  $\frac{1}{2}$  cucharadita de Sal, o sal normal de cocina como limpiador. Cepille la dentadura después de cada comida y antes de dormir. La dentadura puede ser limpiada remojándola en una solución que contiene una cucharadita de cloro y dos cucharaditas de suavizante de agua (por ejemplo Calgon). No use el Cloro si Ud. Esta limpiando una dentadura parcial que contiene partes metálicas. Llene el lavamanos con agua, y al enjuagar la dentadura, manténgala cerca del nivel del agua de manera que, si la dentadura se cae de sus manos, el agua amortiguará la caída.
7. Le recomendamos sacarse la dentadura postiza durante las horas de sueño para que los tejidos de la boca descansen. Las dentaduras deben colocarse en un vaso de agua mientras permanecen fuera de su boca, porque si se secan, se pueden deformar. Si no puede sacar la dentadura durante las horas de sueño, será necesario buscar al menos cuatro horas durante el día en las que Ud. pueda permanecer sin la dentadura puesta. Los tejidos de su boca necesitan el descanso para poderse recuperar.
8. Las dentaduras son sustitutos artificiales. No son permanentes. Deberá darle a su dentadura postiza el cuidado y mantenimiento necesario para lograr la máxima comodidad y utilidad. Al pasar el tiempo, los tejidos de su boca que le dan soporte a la dentadura cambiarán. Sentirá que la dentadura se afloja un poco. Recomendamos que las personas que usan dentaduras completas sean evaluadas anualmente. En dicha evaluación anual se determinara si es necesario aplicar un nuevo forro al interior de la dentadura, o a rellenar los espacios formados entre las encías y la dentadura. Este reajuste puede ser recomendado para restaurar el alineamiento y el funcionamiento óptimo de su dentadura.