



Drs. Bankhead and Groipen D.D.S., P.C.

1259 Hyde Park Avenue

Hyde Park, MA 02136

617 – 364 – 5500

www.bankheadandgroipen.com

www.facebook.com/Bankhead.Groipen

Primer Dia:

- ⊕ **NO** escupa!
- ⊕ **NO** fume por lo menos un dia.
- ⊕ **NO** uses un sorvedor.
- ⊕ **NO** levante hetos con mucho fuersa y cosas pesados.
- ⊕ **NO** ponga la lengua en la parte lastimada.
- ⊕ **PONGA** presion en la parte lastimada mordiendo un trapo humedo.
- ⊕ **MUERDA** una bolsita de te si sigue sangrandoso.
- ⊕ **PONGA** un trapo firo o helado en la cara donde tiene el dolor por 20 minutos, y quitelo por 20 minutos ,y repita hasta la hora de dormir para evitarque se la hinche.
- ⊕ **ACUESTESE** con la cabeze poco levantada y ponga un toaja ensima la almoada.

Segundo Dia:

- ⊕ **NO** escupa!
- ⊕ **NO** forme un sorvedor con la boca.
- ⊕ **NO** ponga la lengua en la parte que esta lastimada.
- ⊕ **USE** un trapo caliente (20 minutos si, 20 minutos no) si el dolor sigue.

Tercer Dia:

- ⊕ Guarde la parte adolorida limpia. Enjuagese la boca con agua de sal. (1 Cucharita de sal/seis onzas de agua). Si el dolor sigue, repita el tratamiento.

Cuarto Dia:

- ⊕ Vuelva para quitarle las puntos.