

¿Tengo llagas?

Se llaman habitualmente llagas en la boca, su nombre médico es aftas bucales.

Cuando una llaga va a aparecer se notan una serie de síntomas previos de hinchazón, dolor, picor, escozor en la zona afectada, sale una mancha rojiza inflamada que acaba rompiéndose y se produce el “afta”.

¿Por qué salen llagas?, muchas son las causas que aparentemente pueden ser el origen de un “afta”, el morderse repetitivamente la mucosa oral, hipersensibilidad a alimentos o componentes de los mismos, alteraciones hormonales, periodos de estrés o bajadas de defensas así como dejar de fumar o déficit de vitaminas (hierro, ácido fólico, vitaminas del grupo B). La influencia mas o menos importante de estos fenómenos depende de nuestra susceptibilidad genética. Aparecen habitualmente en la parte interna de labios y mejillas, base de las encías o debajo de la lengua

¿Cuándo ir al médico?

Las úlceras mayores siempre requieren la vigilancia médica. Son profundas y dolorosas, se localizan preferentemente en labios y paladar blando, pueden tardar hasta un mes en curarse . Embarazadas y madres lactantes.

Úlceras que tardan más de dos semanas en cicatrizar o muy repetitivas (3-4 veces al año)

Úlceras acompañadas de fiebre, diarrea, dolor de cabeza, erupciones en la piel, masas en el cuello o en la ingle, movilidad dentaria sin explicación, obstrucción nasal.

Se sospecha relación con la utilización de algún medicamento.

4 Pautas de autocuidados

1. Evitar alimentos calientes o muy condimentados.
2. Mantener una adecuada higiene oral (cepillado de dientes después de cada comida y utilización diaria del hilo dental), en especial mientras duren las aftas para evitar sobreinfecciones.
3. Utilizar un cepillo de dientes suave y de tamaño adecuado para evitar golpes.
4. Visitar al dentista una vez al año, como norma general.

3 Tratamientos.

Antiinflamatorios tópicos. Hidrocortisonas, bencidamida, cabenoxolona. La clave es mantener el producto en la boca el máximo tiempo posible para que actúe de forma localizada sobre el afta.

Cicatrizantes: Acido hialurónico, triésteres de glicerol. Forman una película protectora sobre la úlcera y permiten el crecimiento celular suficiente el cierre de la herida.

Antisépticos: previenen de las infecciones de bacterias y hongos.

Enjuagues bucales antisépticos (clorhexidina clorhidrato, hexetidina, povidona yodada, benzalconio cloruro, borato sódico): Tras el cepillado de dientes, realizar enjuagues bucales.

Antibióticos (tetraciclina en enjuagues) y **Antifúngicos** (miconazol) para infecciones por hongos generalmente Candida albicans.

Los probióticos, es un tratamiento que busca reponer la flora saprofita (habitual, beneficiosa) de la cavidad bucal como parte integrante de los mecanismos de cicatrización y regeneración celular de la cavidad bucal.

Para aliviar el dolor puede recomendarse paracetamol o ibuprofeno.

Pharmacare ® es un proyecto de FARMACIA DEL MERCAT y la UNIVERSIDAD DE VALENCIA

Incrementar la calidad de la atención farmacéutica en la farmacia comunitaria.