

# Dolor de muelas, como calmarlo con remedios naturales

Cuando alguien es muy malo se dice que es peor que un dolor de muelas ya que es una molestia que puede llegar, en muchos casos, a ser insoportable.

Amanece... hoy el día es esplendido... para los demás... ya que para ti ha amanecido con un tremendo dolor de muelas. Lo primero que se impone sería la visita a nuestro dentista pero... ¡Ay! Hoy es festivo ¿Qué podemos hacer?

En este artículo veremos una serie de remedios naturales y a la vez muy efectivos

## ***Qué causa el dolor de muelas***

El dolor de muelas se produce como consecuencia de una caries, un traumatismo o rotura de la pieza dental o una infección. Es uno de los dolores más intensos que existe, semejante a una descarga eléctrica en el mismo nervio, que se va incrementando a medida que pasa el tiempo llegando a afectar toda la zona lateral de la cabeza hasta el oído.

## ***Terapias y remedios naturales***

Dentro de las terapias naturales para el dolor de muelas destacaremos las siguientes:

### ***Aromaterapia***

- Para el dolor y la inflamación: Aceites esenciales de Árbol de Té, Clavo, Menta, Mirra, Espliego y Manzanilla.
- Bactericidas: Aceites esenciales de Lavanda, Albahaca, Hinojo, Árbol de té, Limón, Canela, Salvia, Clavo, Sándalo y Eucalipto.

Escogemos dos o tres esencias. Pondremos de tres a cinco gotas de la mezcla elegida en un vaso de agua y haremos enjuagues después de cepillarnos los dientes al menos tres veces al día.

Aplicar un algodoncito con unas gotas de esencia natural de clavo calma mucho gracias a su ligero efecto anestésico y antiséptico.

### ***Flores de Bach***

En caso de dolor de muelas tengamos en cuenta el Remedio de Urgencia o Rescue Remedy.

### ***Homeopatía***

La homeopatía especifica remedios muy concretos para los distintos síntomas y causas del dolor de muelas.

### ***Hidroterapia***

Alternar compresas muy calientes\* con otras frías aliviara el dolor.

\*Si hay inflamación habrá que evitar el calor

## ***Medicinal Tradicional China***

Friccionar con un cubito de hielo o presionar durante varios minutos en la zona que une el pulgar y el índice (por el lado exterior de la palma de la mano).

La acupuntura nos puede ayudar en estos momentos.

## ***Fitoterapia o plantas medicinales para el dolor de muelas***

- Amargo sueco: hacerse enjuagues con esta bebida, que se encuentra fácilmente en herboristerías. Es una mezcla de extracto de plantas amargas.
- Colocarse en la zona afectada un clavo de olor o un diente de ajo.
- Infusiones de Sauce (analgésico) y Melisa (relajante).
- La infusión de hojas y flores de Tomillo (infusión de tres cucharadas soperas por un vaso de agua) nos vendrá muy bien para hacer enjuagues. Como es una infusión muy concentrada lo ideal es no tragarla y tenerla, ya tibia, en la boca el máximo tiempo que podamos.
- Realizar un enjuague bucal con infusión de saúco (antiséptica y bactericida), una pizca de pimienta y sal y 1/3 taza de vino.
- Aplicar compresas de jengibre (hervir 1l de agua con un puñado de la raíz), aplicar una compresa bien caliente mojada con la infusión, sobre la zona dolorida.

## ***El própolis o propóleo nunca falla***

Si hay un remedio natural eficaz para el dolor de muelas que casi nunca falla este es el Propóleo o Própolis. Mojaremos un algodoncito con extracto de propóleo y lo dejaremos sobre el diente o muela afectada. Tiene un efecto ligeramente anestésico y antiséptico. Podemos ir cambiándole cada veinte o treinta minutos.

## ***Creencias populares***

Llevar en un bolsillo la piedra Jaspe (según ciertas regiones)

Llevar en el bolsillo una castaña verde, pero ésta debe ser ubicada en el bolsillo que quede a la parte contraria al dolor de muela (según ciertas regiones).

## ***Como prevenir el dolor de muelas***

- Evitar las bebidas carbonatadas. Son muy ricas en fosfatos, los cuales promueven la pérdida de calcio del esmalte dental.
- Practicar una buena higiene oral. Cepillarse los dientes después de haber comido. Esta es la única manera de remover la placa causante de las caries. Existen enjuagues bucales y dentríficos que ayudan a remover la placa a base de mirra, arcilla, propóleo, menta, salvia, caléndula...
- El te verde es un gran aliado en la prevención de la caries.
- Evitar el exceso de dulces y refinados.
- La visita regular al dentista es, sin lugar a dudas, la mejor manera de prevenir el dolor de muelas ya que suele detectar a tiempo las caries y otros desequilibrios que, a medio o corto plazo, pueden dar dolor de muelas.

**En todos los casos le recomendamos consultar con su médico, terapeuta u otro profesional de la salud competente. La información contenida en este artículo tiene una función meramente informativa.**

**Rosa Francés Cardona**

Acupuntora, MTC, hipnosis, Dietética y Nutrición

Regente de la Herboristería Herbasana de Canals Valencia

Colaborador de [enbuenasmanos.com](http://enbuenasmanos.com) <http://herboristeriaherbasana.blogspot.com>