

What Should I do If I Have Tooth or Mouth Pain?

The most important thing you can do right now to stay healthy and make sure others are healthy is to stay home. In San Luis Obispo County, most dentist offices are providing some dental services. Please contact your dental office for assistance and hours of operation.

If your mouth or teeth hurt, or you think you have a dental emergency, *CALL your dental provider or your local oral health program. Most offices have staff answering phones and may be able to set up a virtual appointment.* Tell your provider how you feel, including if you have a fever, a cough or chest pain. Your dental team will tell you what to do next. Your dentist may talk with you about your symptoms on the phone or over video chat. **TRY TO AVOID THE EMERGENCY ROOM UNLESS IT IS TRULY AN EMERGENCY.**

Some examples of dental emergencies are:

- Very bad toothache pain (not just a twinge)
 - Swollen gums, face, or neck
 - Bleeding in your mouth that does not stop
 - Infection or a substantial risk of it
 - Recent trauma to the mouth
-

Hygiene:

- [Wash your hands](#) often with soap and water. Scrub for at least 20 seconds or use an alcohol-based hand sanitizer if soap is not available.
 - Do not touch your face. This is a lot harder than it sounds and requires effort.
 - Cover coughs and sneezes with the inside of your elbow or upper arm.
 - Stay home if you are feeling sick and seek appropriate medical guidance.
 - Take care of your teeth and mouth by brushing and flossing twice a day.
-

Find a Dental Provider:

- To find a dental provider that accepts MediCal Dental go to <https://smilecalifornia.org/>
 - California Dental Network: 877-433-6825 provider.relations@caldental.net
 - California Health and Wellness: cahealthwellness.com 1-877-658-0305
 - COVID Hotline: California Department of Health: CDPH.ca.gov
 - County of San Luis Obispo Oral Health Program: 805-781-5503
-

Emergency Information/resources:

- San Luis Obispo County- emergencyslo.org <https://www.emergencyslo.org>
- San Luis Obispo County- Readyslo.org <https://www.readyslo.org>
- San Luis Obispo Oral Health - www.slocounty.ca.gov/dental

¿Qué debería hacer si tengo dolor en los dientes o la boca?

Lo más importante que puede hacer en este momento para mantenerse saludable y asegurarse de que otros estén saludables es quedarse en casa. En el condado de San Luis Obispo, la mayoría de las oficinas dentales están brindando algunos servicios dentales. Comuníquese con su oficina dental para obtener asistencia y horarios de atención.

Si le duele la boca o los dientes, o cree que tiene una emergencia dental, *LLAME a su proveedor dental o al programa local de salud bucal. La mayoría de las oficinas cuentan con personal que contesta los teléfonos y puede programar una cita por el teléfono o virtual por video.* Dígale a su proveedor cómo se siente, incluso si tiene fiebre, tos o dolor en el pecho. Su equipo dental le dirá qué hacer a después. Su dentista puede hablar con usted sobre sus síntomas por teléfono o por video chat. **INTENTE EVITAR IR A LA SALA DE EMERGENCIA A MENOS QUE SEA REALMENTE UNA EMERGENCIA.**

Algunos ejemplos de emergencias dentales son:

- Dolor de muelas muy fuerte (no solo una punzada)
- Encías, cara o cuello estén inflamados
- Sangrado en la boca que no se detiene
- Infección o un riesgo sustancial de infección
- Trauma reciente en la boca

Higiene:

- [Lávese las manos](#) frecuentemente con agua y jabón. Frote durante al menos 20 segundos o use un desinfectante para manos a base de alcohol si no hay jabón disponible.
- No se toque la cara. Esto es mucho más difícil de lo que parece y requiere esfuerzo.
- Cubra la tos y los estornudos con la parte interior del codo o la parte superior del brazo.
- Quédese en casa si se siente enfermo y busque consejo médico adecuado.
- Cuide sus dientes y boca cepillándose y usando hilo dental dos veces al día.

Encuentre un proveedor dental:

- Para encontrar un proveedor dental que acepte MediCal Dental vaya a <https://sonriecalifornia.org/>
- California Dental Network: 877-433-6825 provider.relations@caldental.net
- Salud y bienestar de California: cahealthwellness.com 1-877-658-0305
- Línea directa de COVID: Departamento de Salud de California: CDPH.ca.gov
- Programa de Salud Bucal del Condado de San Luis Obispo: 805-781-5503

Información de emergencia/recursos:

- Condado de San Luis Obispo- emergencyslo.org <https://www.emergencyslo.org>
- Condado de San Luis Obispo- Readyslo.org <https://www.readyslo.org>
- Condado de San Luis Obispo - www.slocounty.ca.gov/dental