

# 手術後の注意事項(輪郭)

## ◆手術部位について

**出血:** 術後1~2日間は特に、血圧が上昇すると傷口から少量の出血する場合があります。出血がみられた場合は、清潔なガーゼやティッシュペーパー等で軽く拭き取って下さい。また頬骨の骨切りを行った方は鼻血がでることもあります。数日で治まる傾向です。フェイスバンドの中に当てているガーゼは翌日以降で出血が止まれば当てなくても大丈夫です。

※帰宅後、明らかに異常とを感じる多量の出血が見られる場合はすぐに当院にお問い合わせ下さい。

**腫れ:** 術後2~3日目腫れのピークで、時間の経過と共に治まります。腫れは重力の影響で落ちてくるため目の周りが腫れることがあり、一時的に目が開きにくくなる方もいます。軽い散歩やストレッチをすることで血流の循環を促し、腫れが引くのに効果的です。腫れの引く期間は個人差があります。

**しびれ:** ヘラで神経を避けながら手術を行います。切ってしまうことはありませんが、神経はデリケートなため触れただけで傷がついてしまうため術後、一時的に額から頭頂にかけての感覚低下やしびれが生じ、改善するまでに最低3~6ヶ月程度かかります。稀ですが、神経を切っていないくてもしびれなどの症状が改善せずに残ってしまう方もいます。

## ◆食事についての注意事項

手術当日	<ul style="list-style-type: none"><li>● ウィダーインゼリー・プリン・ヨーグルトなどの液状の食べ物</li></ul>
翌日 } 術後1週間	<ul style="list-style-type: none"><li>● ウィダーインゼリー・流動食などの柔らかい食べ物</li><li>● サンドウィッチ・おにぎりなど前歯で噛み切るようなお食事は必ず避けて下さい。</li><li>● 口周りの感覚が鈍くなるため、熱いものは控えて下さい。</li><li>● 術後1~2週間は硬い食べ物、刺激の強いもの(辛い・しょっぱい・味が濃い)も控えて下さい。</li><li>● 縫合糸に反応するため炭酸水やジュースは極力控えて頂き、水・お茶をお飲み下さい。</li></ul>
術後1週間以降	<ul style="list-style-type: none"><li>● 三分粥、うどん、パンなどの柔らかい食べ物</li></ul>
術後2週間以降	<ul style="list-style-type: none"><li>● ご自身の判断で、お食事の種類を増やして構いません。</li><li>● 奥歯ですり潰せる様なお食事をお取り下さい。</li><li>● 炭酸水やジュースなどを好きな飲み物をお飲み頂けます。</li></ul>
術後1ヵ月以降	<ul style="list-style-type: none"><li>● 普通のお食事を摂って構いません。</li></ul>
術後3ヵ月以降	<ul style="list-style-type: none"><li>● 硬いもの(フランスパン、お煎餅、スルメイカなど)のお食事を摂って構いません。</li></ul> <p>※頬骨の骨切り手術をした場合は、硬いものを食べると固定プレートが折れたりする場合があります。</p>

◆日常生活の注意事項

フェイスバンド	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 術後はフェイスバンドが腫れの抑制、皮膚のたるみの予防となるため必ず、最低術後1週間は食事とシャワー時を除き24時間着用して下さい。</li> <li>● 以降1ヶ月間は在宅時など、可能な限り着用しておくことをお勧めしています。</li> <li>● 腫れを早く引かせようと、きつく締めすぎてしまうと息苦しさを感じたり、逆に腫れが強くなったりします。<u>唇まで腫れてしまう場合は締め付けが強い可能性があるため、締め付ける強度やタイミングは様子を見て調整してください。</u></li> <li>● 必要に応じてテーピングを行う場合があります。指示のある期間中は剥がさないで下さい。</li> <li>● <u>追加でフェイスバンドを購入希望の方は当院へご連絡下さい。</u></li> </ul>
洗顔・入浴	<ul style="list-style-type: none"> <li>● シャワー、洗顔は翌日より可能です。</li> <li>● 入浴は術後1週間後から可能ですが、長時間の入浴やサウナは腫れや出血の恐れがあるため、術後1ヶ月間は行わないで下さい。</li> <li>● 皮膚側の傷口は濡れても問題ないですが、優しくタオルで押さえるようにして水気を拭き取り、よく乾燥させてからフェイスバンドを着用する様にして下さい。</li> </ul>
メイク	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 頬骨の骨切り手術を行った方は、傷口以外であれば保湿剤の使用も可能です。</li> </ul>
歯磨き・うがい	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 傷口の清潔を保つために、水以外の物を飲んだ後やお食事の後は必ずうがいを行って下さい。</li> <li>● うがいを怠ると縫合部が腫れ上がったり、炎症を起こしたりする可能性が高まります。食事の有無に関係なく、2時間おきにうがいをするようにして下さい。</li> <li>● うがい液等は使用せず水道水で構いません。</li> <li>● オトガイ(顎)の骨切り手術を行った方は、うがい時に頤唇溝(顎の前)を指で圧迫して、デッドスペースが出来ない様に行って下さい。</li> <li>● 歯磨き時には子供用歯ブラシを用いて磨くのがお勧めしています。</li> <li>● 傷口を傷つけないように歯ブラシは奥深くまで入れず、歯だけを磨くようにして下さい。</li> </ul> 
飲酒・喫煙	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 傷口の治りが遅くなるため、全ての抜糸が終えてから可能です。</li> </ul>
その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 術後は口を大きく開くことが難しいため、術後5～7日後から“アイウエオ”を、少しずつ口を大きく開ける口の運動を行って下さい。</li> <li>● 術後、筋肉の拘縮によりオトガイ(顎)に梅干しジワが出来たり、笑うと口が曲がる症状が出る場合もあります。気になる場合は、ボトックス注射で改善できます。<u>※別途費用がかかります。</u></li> <li>● 術後、剥がした筋肉が落ち着くまでは噛み合わせが悪くなっているように感じる場合もありますが時間の経過と共に改善するため、ご安心下さい。</li> <li>● 歯科でも使用されている安全性の高い金属製のため、除去しなくても問題はありますが、ご希望の場合は術後6ヶ月～1年の間に除去が可能です。1年以上経過すると、骨に埋もれて100%除去することが困難な場合があります。<u>※別途費用がかかります</u></li> <li>● CTやMRIを行う場合、担当医にチタンプレートが顔にあることをお伝え下さい。</li> </ul>