

## 턱 수술 후 퇴원 지침

# Discharge Instructions After Jaw Surgery (Korean)

---

### 수술 후 무엇을 예상해야 하나요? What can I expect after surgery?

- 턱 수술 후 첫 10일 동안은 입이나 코에서 다소 출혈이 있는 것이 정상입니다. 단, 출혈량이 많지 않아야 하고 느리게 흐르는 형태의 출혈이어야 합니다. 울컥 솟구치거나 출혈 속도가 너무 빠른 경우, 해당 부위를 압박해 속도를 늦추거나 지혈하시고 사무실에 문의하시기 바랍니다. 처방받은 비강 스프레이나 충혈 완화제를 사용하면 출혈량을 줄이는 데 도움이 됩니다.

It's normal to have some bleeding from your mouth or nose for the first 10 days after your jaw surgery. However, there shouldn't be a lot of blood, and it should be slow, oozing blood. If you are having gushing or rapid bleeding, try to put pressure on the area to get it to slow down or stop, and contact our office. Using prescribed nasal sprays and decongestants will help decrease bleeding.

- 턱 수술 후에는 얼굴, 목, 가슴에 멍이 드는 것이 정상입니다.

Bruising on your face, neck, and chest is normal after jaw surgery.

- 턱 끝 성형 수술을 받은 경우, 턱 끝에 흰색 테이프를 붙여 드렸을 것입니다. 수술 후 5일이 지났다면 이 테이프를 떼셔도 됩니다.

If you had a genioplasty (chin surgery), you will have white tape on your chin. You can remove this tape 5 days after your surgery.

- 수술 후 턱과 얼굴이 부어서 귀에 통증, 압박감이 느껴지거나 귀가 꽉 찬 것 같은 느낌과 같은 증상이 발생할 수 있습니다. 이런 증상을 겪는 경우 사무실에 알려주세요.

Swelling in your jaw and face after surgery can cause some ear symptoms such as pain, pressure, or a feeling that your ears are full. Let our office know if you are having these symptoms.

## 수술 후에는 어떤 음식을 먹고 무엇을 마셔야 하나요? What should I eat and drink after my surgery?

수술 후 첫 2주 동안은 유동식(고체가 아닌 음식만 먹거나 마심)을 해야 합니다.

You will be on a liquid diet (only drinking or eating non-solid food) for the first 2 weeks after surgery.

- 단백질을 섭취하면 수술 후 회복에 도움이 됩니다. Ensure®, Boost®, Premier Protein®, Muscle Milk®, Carnation Breakfast Essentials® 와 같은 프로틴 셰이크는 좋은 단백질과 열량 공급원입니다. 블렌더로 간 음식(스무디나 셰이크)에 프로틴 파우더를 더해도 됩니다.

Protein will help you heal after your surgery. Protein shakes like Ensure®, Boost®, Premier Protein®, Muscle Milk®, and Carnation Breakfast Essentials® are good sources of protein and calories. You can also add protein powder to your blended foods (smoothies or shakes).

- 술이나 탄산음료(소다, 탄산수 등)는 마시면 안 됩니다.

Don't drink alcohol or carbonated drinks (like soda or sparkling water).

## 수술 후 음식 섭취는 어떻게 해야 하나요? How will I eat after my surgery?

수술 후 음식 섭취를 돕기 위해 요도 카테터(말랑말랑한 튜브)와 주사기를 드립니다. 지침:

We will give you urinary catheters (flexible tubes) and syringes to help you eat.

Instructions:

1. 블렌더로 간 음식을 주사기에 넣습니다.

Fill the syringe with your blended food.

2. 카테터의 열린 끝부분을 주사기 끝에 붙인 다음, 카테터를 사용하기 편한 길이로 자릅니다.

Attach the open end of the catheter to the tip of the syringe, and then cut the catheter to a comfortable length.

3. 카테터의 반대쪽 끝을 입안에 넣고 주사기 플런저를 사용하여 음식을 카테터를 통과해 입속으로 밀어 넣습니다.

Insert the other end of the catheter into your mouth, and then use the syringe plunger to push the food through the catheter and into your mouth.

이 방식으로 음식을 먹기 쉽거나 편하지 않다는 점은 충분히 이해합니다. 양념통이나 증류수 세척병과 같은 스퀴즈 보틀(꼭 짜면 내용물이 나오는 용기)을 사용하는 것도 좋습니다 (온라인에서 구매 가능).

We know that this is not a very easy or comfortable way to eat. We also recommend using squeeze bottles like condiment bottles or wash bottles to eat (you can buy these online).

## 수술 후 통증에는 어떻게 대처해야 하나요? How will I manage my pain after surgery?

- 통증을 달래는 데 도움이 되도록 아세트아미노펜(Tylenol®)과 이부프로펜(Motrin®)을 처방해 드립니다. 수술 후 3~5일 동안은 온종일 이러한 약을 복용해야 합니다(잘 때는 제외). 6시간에 한 번씩 두 가지 약을 함께 복용하세요(예: 오전 9시, 오후 3시, 오후 9시에 한 번씩 Tylenol®과 Motrin® 둘 다 복용).

We will prescribe acetaminophen (Tylenol®) and ibuprofen (Motrin®) to help with your pain. You should take these medications all day (except for when you're sleeping) for 3-5 days after your surgery. Take these medications together every 6 hours (for example, take both Tylenol® and Motrin® at 9:00 AM, 3:00 PM, and 9:00 PM).

- 필요한 경우 진통제로 옥시코돈이라는 약도 처방해 드립니다. 옥시코돈은 Tylenol®과 Motrin®만으로는 통증이 해소되지 않을 때만 복용하시기 바랍니다.

We will also prescribe a medication called oxycodone for pain control, if you need it. Only take oxycodone if your pain is not relieved by the Tylenol® and Motrin®.

- 통증 관리에 도움이 되는 가바펜틴이라는 약도 처방해 드립니다. 이 약은 처방된 대로 소진될 때까지 복용하세요.

We will give you a prescription for gabapentin, a medication that will help you manage pain. Please take this as prescribed until it is gone.

- 수술 후 첫 5일 동안은 아이스팩을 사용하세요. 이렇게 하면 통증과 부기를 달래는 데 도움이 됩니다.

Use an ice pack for the first 5 days after your surgery. This will help with pain and swelling.

- 턱에 아이스팩을 20분간 얹어 두었다가 20분간 떼어 냉기로 인해 피부가 상하지 않도록 쉬게 해주세요. 수건이나 아이스팩 홀더를 사용해 아이스팩이 피부에 직접 닿지 않게 해주세요.

Put the ice pack on your jaw for 20 minutes, and then take it off for 20 minutes to give your skin a break from the cold. Use a towel or ice pack holder to prevent putting the ice pack directly on your skin.

## **집에 가고 나서는 약을 어떻게 복용해야 하나요? How will I take my medications when I get home?**

처방해 드리는 약은 모두 액상 형태입니다. 달리 복용해야 하는 약이 있는 경우, 수술 전에 그러한 약을 처방하는 제공자에게 미리 연락하세요. 해당 제공자에게 턱 수술을 받게 되어서 액상 형태의 약이 필요하다고 알려야 합니다.

All the medications we will be prescribing you will be in liquid form. If you have other medications you need to take, you should reach out to the provider who prescribes these to you before your surgery. You should let them know you are having jaw surgery and you will need liquid medication.

## **수술 후에 수술 부위가 붓나요? Will I have swelling after surgery?**

수술 후 수술 부위가 붓게 됩니다. 부기는 수술 후 3~5일간 지속되며, 이후 몇 주에서 몇 달에 걸쳐 천천히 가라앉습니다.

You will have swelling after surgery. The swelling will continue for 3-5 days after your surgery, and then it will slowly decrease over the next several weeks to months.

- 수술 후 첫 5일 동안 아이스팩을 사용해 부기를 가라앉히는 것이 좋습니다. 턱에 아이스팩을 20분간 얹어 두었다가 20분간 떼어 냉기로 인해 피부가 상하지 않도록 쉬게 해주세요. 수건이나 아이스팩 홀더를 사용해 아이스팩이 피부에 직접 닿지 않게 해주세요.

It's best to use an ice pack for the first 5 days after surgery to help reduce swelling. Put the ice pack on your jaw for 20 minutes, and then take it off for 20 minutes to give your skin a break from the cold. Use a towel or ice pack holder to prevent putting the ice pack directly on your skin.

- 의사가 괜찮다고 할 때까지 턱에 뜨거운 것(예: 핫팩)을 올리면 안 됩니다. 열기 때문에 부기가 심해질 수 있습니다.

Do not put anything hot (like a heat pack) on your jaw until your doctor says it's okay. Heat can increase swelling.

- 수술 후 첫 주에는 잘 때 머리를 30~45도로 높인 자세로 잡니다. 이렇게 하면 부기를 가라앉히는 데 도움이 됩니다. 이를 위해서는 웨지 필로우를 사용하거나 리클라이너에서 자는 것이 도움이 될 수 있습니다.

Sleep with your head elevated (raised up) at a 30-45 degree angle for the first week after surgery. This will help decrease swelling. To do this, you can use a wedge pillow or sleep in a recliner.

- 입술이 붓는 경우, 트리암시놀론 연고를 처방해 드릴 수 있습니다. 이 연고는 수술 후 7일 동안만 사용하세요. 7일이 지난 뒤에는 Vaseline®으로 바꾸면 됩니다.

If your lips are swollen, we may prescribe you triamcinolone cream. Only use this for 7 days after your surgery. After 7 days, you may switch to Vaseline®.

### **입술이 마르면 어떻게 수분을 보충하나요? How can I keep my lips hydrated?**

입술과 입술 주변 피부에 Vaseline®, Chapstick®, Blistex®, Carmex®나 비타민 E를 듬뿍 바릅니다. 입술에서 각질을 떼면 안 됩니다. 더 깊은 피부 조직과 연결되어 있을 수 있고, 입술에 피가 날 수 있습니다.

Use lots of Vaseline®, Chapstick®, Blistex®, Carmex®, or vitamin E on your lips and the skin around your lips. Don't peel dead skin off your lips, as it may be attached to deeper tissues and you might make your lips bleed.

## 수술하고 나면 얼굴에 감각이 없어지나요? Will my face feel numb after surgery?

얼굴과 입술에 다소간의 무감각한 느낌이 생길 수 있습니다. 이 증상은 몇 주나 몇 달 동안 지속될 수 있고, 시간이 지나면서 차츰 나아집니다.

You may have some feelings of numbness in your face and lips. This may last for several weeks or months, and it will get better with time.

- 밤에 3~5mg의 멜라토닌을 복용하면 무감각한 느낌을 줄이고 감각을 되찾는 데 도움이 된다는 연구 결과가 있습니다. 원하시는 경우 약국이나 가게에서(처방전 없이 구매할 수 있음) 멜라토닌을 사서 이 방법을 시도해 보세요.

There is some research that taking 3-5 mg of melatonin at night can help with reducing numbness and getting feeling back. If you'd like, you can buy melatonin from a pharmacy or store (it's available without a prescription) and try this.

## 수술 후 비충혈(코막힘)이 발생할까요? Will I have nasal congestion (a stuffy nose) after surgery?

위턱을 수술한 경우, 코막힘이 발생할 것입니다. 아래턱을 수술한 경우에는 아마도 코막힘이 발생하지 않을 것입니다. 수술 후 첫 2일 동안은 코가 붓고 막히는 증상이 심해지고, 이후 2주에 걸쳐 증상이 완화됩니다.

If you had upper jaw surgery, you will have nasal congestion. If you had lower jaw surgery, you probably won't have nasal congestion. Nasal swelling and congestion will be worse in the first 2 days after surgery, and it will decrease over the next 2 weeks.

- 위턱을 수술한 경우, 수술 후 2주 동안은 코를 풀지 마세요.

If you had upper jaw surgery, don't blow your nose for 2 weeks after your surgery.

- 처방된 비강 스프레이를 사용하고, 슈도에페드린을 사용하고, 수술 후 첫 주에는 밤에도 앉아서 자면 코막힘을 완화하는 데 도움이 됩니다.

Using prescription nasal sprays, using pseudoephedrine, and sleeping in an upright position at night for the first week after your surgery will help your

nasal congestion.

## 수술 후 감염을 피하려면 어떻게 해야 하나요? How can I avoid getting an infection after surgery?

- 의사가 수술 후 제공하는 항생제를 처방받은 대로 소진될 때까지 복용하세요.  
If your doctor gives you an antibiotic medication to use after your surgery, take it as prescribed until it is gone.
- 최대한 입을 깨끗하게 유지해야 합니다.  
Keep your mouth as clean as possible.
- 수술 후 6주 뒤 후속 예약 진료가 끝날 때까지 연초나 전자담배 흡연은 일절 삼가세요.  
Avoid all smoking or vaping until after your 6-week follow-up appointment after surgery.

## 수술 후 입을 씻으려면 어떻게 해야 하나요? How should I clean my mouth after surgery?

- 수술 후 2주 동안은 하루에 2번 이상 Peridex® 구강 세정제를 사용하거나 따뜻한 소금물로 입을 헹궈야 합니다.  
Use the Peridex® mouth rinse or rinse with warm salt water at least 2 times a day for 2 weeks after surgery.
- 아동용, 솔이 부드러운 칫솔과 평소 사용하던 치약을 통해 치아와 교정기를 닦으세요(궤매거나 절개한 부위는 피해서).  
Use a child-sized, soft-bristled toothbrush and your normal toothpaste to clean your teeth and braces (avoid the stitches and incisions).
- Waterpik®이나 워터플로서를 사용해 입속을 깨끗하게 관리하는 것도 좋습니다.  
You may also use a Waterpik® or water flosser to help keep your mouth clean.

## 메스껍거나 구토 증상이 있는 경우 어떻게 해야 하나요? What if I have nausea or vomiting?

메스껍거나 구토 증상이 있으면 사무실에 알려주세요. 약국에서 픽업할 수 있도록 항구토제를 처방해 드리겠습니다.

Let our office know if you are nauseous or vomiting. We will prescribe an anti-nausea medication for you that you can pick up from your pharmacy.

- 토해야 하는 경우, 싱크대나 변기 위로 몸을 숙이고 치아 사이 공간으로 액체가 흘러 빠져나가게 해주세요.

If you have to vomit, bend over a sink or toilet bowl and let the fluids pass between the spaces in your teeth.

- 필요한 경우 고무줄을 제거하고, 증상이 나아지면 고무줄을 교체해 달라고 사무실에 연락하시면 됩니다.

Remove your elastics if you need to, and call our office to replace the elastics when you are feeling better.

## 수술 중에 부목을 대나요? Will I have a splint placed during my surgery?

상황에 따라 의사가 수술 중에 입에 부목을 대기도 합니다. 부목이 있으면 턱이 새 위치에 맞게 깨물 때 균형을 잡거나 근육을 훈련하는 데 도움이 됩니다. 부목은 수술 후 6주 뒤 후속 진료 예약 때까지 그대로 두시기 바랍니다.

Sometimes the doctor will place a splint in your mouth during your surgery. This will help balance your bite and train your muscles to work in the new jaw position. The splint will stay in place until your follow-up appointment 6 weeks after your surgery.

## 수술 후 치과 교정 전문의 진료를 언제 받아야 하나요? When do I need to see my orthodontist again after my surgery?

6주 후 후속 예약 진료를 위해 내원하신 뒤 2~3일 뒤에 치과 교정 전문의와 진료 예약을 잡으시는 것이 좋습니다.

We would like you to make an appointment to see your orthodontist in the 2-3 days

after you have your 6-week follow-up appointment with us.

## 수술 후에 할 수 있는 활동은 무엇인가요? What kind of activities can I do after surgery?

- 천천히 일상적인 활동을 재개하세요. 걷거나 돌아다니는 것은 괜찮지만 운동, 달리기, 6.8kg(15lb) 이상의 무거운 것 들기와 같은 활동은 수술 후 6주 동안은 하면 안 됩니다(몸 상태가 괜찮더라도 마찬가지).

Slowly restart your normal activities. You can walk and move around, but you should not do any exercises, running, or lifting anything heavier than 15 pounds for 6 weeks after surgery, even if you're feeling well.

- 수술 후 6주 동안은 다른 사람과 몸이 닿는 운동, 구기 종목, 각종 심한 운동은 피하세요. Avoid any contact sports, any sport with a ball, or any aggressive sports for 6 weeks after surgery.
- 몸이 나아지고 더 이상 옥시코돈을 복용하지 않게 되면 직장이나 학교에 복귀해도 됩니다.

You may return to work or school when you feel better and when you are no longer taking the oxycodone.

## 고무줄을 교체하려면 어떻게 해야 하나요? How do I change out my elastics?

병원에서 드린 고무줄을 그대로 유지하셔야 합니다. 수술 후 2주 뒤에 진료를 위해 내원하시면 고무줄을 교체해 드립니다. 고무줄에 대한 자세한 정보는 [bit.ly/MM-ElasticsVideo](http://bit.ly/MM-ElasticsVideo)를 참조하거나 이 QR 코드를 스캔하여 알아보세요.



You should keep the elastics that were given to you at the hospital in place. We will change out your elastics at your appointment with us 2 weeks after your surgery. Visit [bit.ly/MM-ElasticsVideo](http://bit.ly/MM-ElasticsVideo) or scan this QR code for more information about elastics.

## 수술 후 구매해야 하거나 구비하면 도움이 되는 물품은 어떤 것이 있나요? What are some helpful items to buy and use after my surgery?

- 인터넷에서 “**condiment bottles**”(양념통)나 “**wash bottles**”(증류수 세척병)를 검색해 보세요. 이 물품을 사용하면 수술 후 첫 2주 동안 음식을 먹고 음료를 마시는 데 도움이 됩니다.

Search online for “**condiment bottles**” or “**wash bottles.**” These can help with eating and drinking for the first 2 weeks after surgery.

- 인터넷에서 “**wedge pillow**”(웨지 필로우)를 검색하세요. 이 베개를 사용하면 부기를 가라앉히고 코막힘을 완화하는 데 도움이 됩니다.

Search online for “**wedge pillow.**” This will help with swelling and nasal congestion.

- 인터넷에서 “**facial ice pack**”(얼굴용 아이스팩)을 검색하세요. 이 제품을 사용하면 수술 후 부기와 통증을 달래는 데 도움이 됩니다.

Search online for “**facial ice pack.**” This can help with swelling and pain after surgery.

## 병원 연락처는 무엇인가요? What is the contact information for the clinic?

### Pediatric Oral and Maxillofacial Surgery Clinic

### Pediatric Oral and Maxillofacial Surgery Clinic

- 월요일~금요일 오전 8시~오후 4시 30분에 (734) 936-5950번으로 문의하세요.

On Monday through Friday from 8:00 AM - 4:30 PM, call (734) 936-5950.

- 오후 4시 30분 이후나 주말에 긴급한 문제가 생기는 경우, (734) 936-4000번으로 병원에 문의하시면 됩니다. 오퍼레이터에게 “**on-call pediatric oral surgeon**”(당직 소아치과 의사에게 연결)을 요청하세요.

If you have an urgent issue after 4:30 PM or on weekends, call the hospital at (734) 936-4000. Ask the operator to page the “**on-call pediatric oral surgeon.**”

면책 고지: 본 문서에는 University of Michigan (U-M) Health에서 귀하와 같은 질환을 앓는 일반적인 환자를 위해 작성한 정보 및/또는 지침 자료를 기재하였습니다. 여기에는 U-M Health에서 작성하지 않은 온라인 콘텐츠 링크가 포함될 수 있고, U-M Health에서는 이러한 링크에 대해서 아무런 책임을 지지 않습니다. 본 문서는 귀하의 의료 서비스 제공자가 제공하는 의학적 조언을 대체할 수 없습니다. 귀하의 경험이 일반적인 환자의 경험과는 다를 수 있기 때문입니다. 본 문서나 귀하의 증상 또는 치료 플랜과 관련한 궁금한 점이 있으면 담당 의료 서비스 제공자에게 문의하세요.

Disclaimer: This document contains information and/or instructional materials developed by University of Michigan (U-M) Health for the typical patient with your condition. It may include links to online content that was not created by U-M Health and for which U-M Health does not assume responsibility. It does not replace medical advice from your health care provider because your experience may differ from that of the typical patient. Talk to your health care provider if you have any questions about this document, your condition, or your treatment plan.

작성자: Sean P. Edwards, MD, Jennifer Ash, NP, Amber Stritt, NP, Faith Fischer, RN

편집: Brittany Batell, MPH MSW CHES®

Authors: Sean P. Edwards, MD, Jennifer Ash, NP, Amber Stritt, NP, Faith Fischer, RN

Edited by: Brittany Batell, MPH MSW CHES®

[U-M Health](#)의 환자 교육은 [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International Public License](#)에 따라 라이선스가 부여되었습니다. 마지막 수정: 2024년 10월

Patient Education by [U-M Health](#) is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International Public License](#). Last revised 10/2024