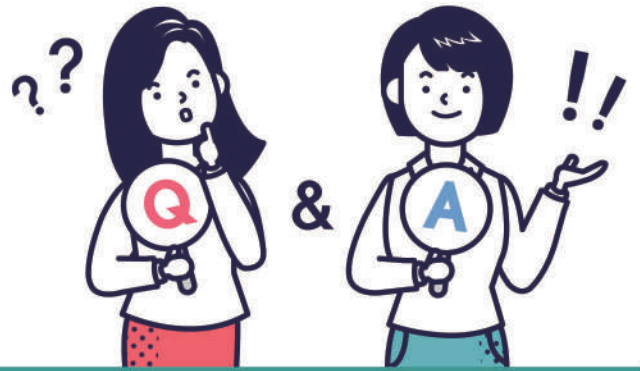


# 궁금해요 안면윤곽



## 01 얼굴 부기가 달라요.

수술 후 양쪽 부기가 가라앉는 속도와 모양에는 개인차가 있습니다. 신체부위가 미세하게 다르고 완벽하게 똑같지 않은 것처럼 회복 기간이기 때문에 부기나 멍이 확연히 달라 보일 수 있습니다. 부기는 한쪽이 더 부어있는 경우가 대부분이고, 중력 방향에 의해 위에서 아래로 점점 빠져 시간이 지나면서 양쪽이 맞춰집니다.

## 02 부기는 어느 정도 가나요?

부기 및 회복은 개인차가 있습니다. 보통 수술 후 1주일 정도 지나면 큰 부기가 가라앉아 출근 및 일상생활이 가능하며, 1개월 정도면 자연스럽게 쉬기 시작합니다. 남은 부기는 서서히 빠지며 최종적인 결과 확인은 6개월 정도로 보면 됩니다. 부기는 시간이 지나면서 좋아지니 조금해하지 말고 걷기 등의 가벼운 운동과 찜질을 하는 것이 좋습니다. 수술 부위의 간헐적인 통증과 부기는 크게 걱정하지 않아도 됩니다. 하지만 갑자기 수술 부위가 단단해지면서 열감과 통증을 동반한 부기가 지속하여 증가한다면 병원에 내원하여 체크를 받는 것이 좋습니다. \*1588-6508\*

## 03 식사는 어떻게 하나요?

수술 후 3~4일은 마시는 것, 씹지 않는 음식 정도만 드실 수 있습니다. (건더기가 없는 우유, 두유, 주스, 미음, 호박죽, 수프 등의 유동식) 일주일에는 모두 같아서 드시고, 2주부터 한 달 동안은 꼭 부드러운 음식 위주로 드세요. (죽, 국수, 순두부, 계란, 푸딩, 요플레 등)

## 04 코피가 나와요.

수술 후에 2~3일 정도는 코피가 흐를 수 있습니다. 며칠 동안 괜찮다가 때때로 갑자기 날 수도 있으며, 움직임에 따라서도 갑자기 나올 수도 있습니다. 이는 뼈 안쪽에 비어있는 공간(상악동)에 수술 시 발생한 피와 소독액이 고여 있다가 흘러나오는 것으로 안심해도 됩니다. 시간이 지남에 따라 점차 좋아지니 걱정하실 필요 없습니다. 이때 절대로 코를 심하게 풀거나 자극하지 않아야 하며 흐르는 피는 가볍게 닦아주세요. 코를 푸는 것은 1개월 이후에 가능합니다.

## 05 온찜질은 언제부터 하나요?

수술 후 1~2주까지는 냉찜질을 하고, 온찜질은 보통 수술 후 1~2주 이후부터 시작합니다. 하루 중 열감이 강하게 느껴질 때는 냉찜질을 해줍니다. 온찜질은 혈액순환을 촉진해 회복을 앞당기는 효과가 있고, 수시로 해주는 것이 좋습니다. 찜질팩 사용 시, 반드시 수건에 감싸 피부에 접촉하여 동상 및 화상에 주의해야 합니다. 수술 후에는 피부 감각이 둔하기 때문에 다른 부위에 먼저 찜질을 해서 온도를 확인한 후 수술 부위에 찜질하도록 합니다.

## 06 감각이 둔해요.

감각은 회복하는 데 시간이 필요하며 약 6개월에 걸쳐 서서히 회복됩니다. 또한 신경이 돌아오면서 찌릿하고 빠근한 느낌이 들 수 있습니다. 회복의 속도는 개인차가 있을 수 있습니다.

## 07 양치와 가글은 어떻게 하나요?

입안에 실밥이 있는 경우 실 주위에 음식물 찌꺼기도 잘 끼고 세균이 자라기 쉬우니 입안을 잘 헹구고 소독해야 합니다. 수술 후부터 물 가글은 수시로 하고, 병원에서 받은 가글액(소독액)은 최소 2시간에 한 번씩 하며, 실밥 제거 당일까지 합니다(간혹 잇몸 상태에 따라 2~3일 정도 더 사용할 수 있습니다). 가글을 할 때, 병원에서 받은 가글액이 입안(상치 부위)에 잘 잠겨 있게 하여 1분 정도 입안에 머금었다가 뱉어내세요. 양치는 보통 수술 3일 후 부터는 가능하며, 유아용 칫솔을 사용하되 이 시기에는 칫솔을 가글액에 적셔 사용합니다. 무리하게 닦지 말고 칫솔이 닿는 부위까지만 닦고 닿지 않는 부분은 불소 함유된 가글액(일반 가글린)을 병행해서 사용합니다. 치약은 1주 후부터 사용이 가능하며 처음에는 소량으로 사용하시는 것이 좋습니다.

## 08 땡김이 사용은 어느 경우에 하나요?

땡김이는 주로 광대 수술을 하는 분에게 해당합니다. 대개 첫 치료(7~10일째) 이후부터 시작하고 하루에 30분씩, 3~4회 하며 2개월 정도 사용합니다. 땡김이 사용은 담당 원장님의 지시에 따라 다를 수 있습니다.

## 09 광대에서 소리가 나요.

광대 수술 후 간혹 일시적으로 딸각거리는 소리가 들릴 수 있습니다. 그 이유는 대부분 수술에 의해 박리된 광대뼈 주변의 근육이나 인대 때문입니다. 시간이 지나 이러한 조직들이 아물게 되면 자연스럽게 좋아집니다. 따라서 광대뼈가 튼튼하게 자리 잡을 때까지 누르거나 충격을 받지 않게 하며, 특히 수술 후에 한 달 동안은 작은 충격에도 주의해야 합니다. 입을 너무 크게 벌리거나 단단한 음식을 씹는 것은 피하세요.

## 10 입 벌리는 연습은 언제부터 얼마나 해야 하나요?

사각턱 수술만 한 경우는 수술 후 2주째부터 약 2주 동안, 광대 수술을 포함한 경우는 수술 후 1개월째부터 약 1개월 동안 입 벌리는 운동을 하면 됩니다. 추후, 운동 시기에 맞춰 별도 프린트물을 드리니 참고하세요.

## 11 세안, 샴푸는 언제부터 할 수 있나요?

**세안:** 얼굴에 붙인 테이프와 드레싱을 제거하기 전에는 불편하더라도 부분 세안을 해야 합니다. 테이프를 제거한 후에는 세안을 자유롭게 할 수 있습니다. 턱에 붙은 테이프는 수술 후 2~3일째 집에서 제거하고 치료 날짜에 맞춰 오면 됩니다.

**샴푸:** 수술 후 3일째부터 머리를 감을 수 있습니다(광대 수술한 경우 5일째부터 가능). 바깥쪽 실밥 제거하기 전까지 절개 부위는 미온수로 행구는 정도로 시작하고 거품이 닿지 않게 하고, 샴푸 후 절개 부위를 제일 먼저 시원한 바람으로 말려주세요. 바깥쪽 실밥 제거 2일 후부터 일반적인 샴푸가 가능합니다. 또한 수술 후 1주일엔 가벼운 샤워가 가능하고, 목욕이나 사우나의 경우 수술 후 2주 이후부터 하는 것이 좋습니다.

## 12 운동은 언제부터 가능한가요?

수술 후 1개월 동안은 가벼운 산책이 회복과 부기 빠지는 데 도움이 됩니다. 수술 후 천천히 걷기부터 시작해서 1주일 이후부터는 빠르게 걷기로 바꾸어 차츰 운동량을 늘려주세요. 2개월 이후부터는 턱을 다칠 수 있는 운동을 제외하고 다른 운동은 해도 괜찮습니다. 수술 후 6개월이 지나면 수술 전처럼 할 수 있던 모든 운동과 활동에 제약이 없습니다.

## 13 목 통증이 있고 가래가 나와요.

전신마취를 할 때 기도 유지를 위해 기도 내 삽관을 하게 되는데 이로 인해 일시적으로 불편함을 느끼고 가래가 생기는 경우가 흔하며, 특히 흡연자의 경우 가래가 더 많은 편입니다. 가래가 생기면 기침을 통해 뱉어내되 억지로 기침을 심하게 하는 것은 피하세요. 가벼운 기침이나 심호흡을 통해 폐 운동을 하면 빠른 회복에 도움이 됩니다. 또한, 실내가 습하지 않게 조절하고 따뜻한 물을 자주 마셔주면 좋습니다. 간혹 가래에 피가 묻어 있을 수도 있습니다. 대부분은 소독약과 수술 시 발생한 소량의 피가 묻어 나오는 것으로 안심해도 됩니다.

## 14 잇몸에 통증이 있습니다.

대부분의 잇몸 통증은 수술 부위에 반흔 조직이 생기면서 (바이오보드에 의한) 당김과 조이는 현상이 일시적으로 나타나는 것이며 시간이 지나면서 점차 나아집니다.

## 15 볼이 처져 보여요.

모든 경우에 발생하는 것은 아니며 뼈의 절제량, 피부 두께(볼살), 피부 탄력, 나이에 따라 차이가 있을 수 있습니다. 수술 초반에는 부기로 인해 처져 보일 수 있으나 수술 후 6개월이 지나 부기가 빠진 경과를 보고 판단하도록 하며, 그 이후 필요시에 따라 별도의 야구레이저나 리프팅 등으로 개선이 가능합니다.

## 16 입안의 절개 상처가 딱딱하고 울퉁불퉁해요.

입안 점막이 울퉁불퉁하고 단단한 것은 일시적이며, 보통 3~6개월의 시간을 거쳐 점차 좋아지니 크게 걱정하지 않아도 됩니다. 만약 실밥 제거 후에 절개 부위에서 특별한 이상 없이 분비물이 느껴질 경우는 내원하여 체크받는 것이 좋습니다.