

顎の手術後の退院指示

Discharge Instructions After Jaw Surgery (Japanese)

手術後はどのようなことが予想されますか？

What can I expect after surgery?

- 顎の手術後最初の 10 日間は、口や鼻から多少の出血があるのは正常です。ただし、大量の出血はなく、ゆっくりにじむ程度であるはずで、勢いよく出血したり急に大量の血が出る場合は、出血している部分に圧をかけて出血を抑え、当院へご連絡ください。処方された点鼻薬や鼻づまり解消薬を使用すると、出血の軽減に役立ちます。
- 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.
- 顎の手術後、顔、首、胸にあざができるのは正常です。
- Bruising on your face, neck, and chest is normal after jaw surgery.
- オトガイ形成術(顎の手術)を受けた場合は、顎に白いテープが貼られます。このテープは手術後 5 日で取り外すことができます。
- 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.
- 手術後の顎や顔の腫れにより、耳の痛み、圧迫感、詰まったような感覚などの症状が出る場合があります。これらの症状がある場合は、当院までご連絡ください。

- 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.

手術後は何を食べたり飲んだりすればいいですか？

What should I eat and drink after my surgery?

手術後の最初の2週間は、液体食（飲み物や固形でない食べ物のみ）をとることになります。

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

- タンパク質は、手術後の回復を助けます。エンシュア®、ブースト®、プレミアプロテイン®、マッスルミルク®、カーネーションブレックファストエッセンシャル®などのプロテインシェイクは、タンパク質とカロリーの良い供給源です。また、スムージーやシェイクなどのミキサー食にプロテインパウダーを加えることもできます。
- 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).
- アルコールや炭酸飲料(ソーダやスパークリングウォーターなど)は飲まないでください。
- Don't drink alcohol or carbonated drinks (like soda or sparkling water).

手術後、どのように食事をとるのがよいでしょうか？

How will I eat after my surgery?

食事をとる際に使用するため、尿道カテーテル（柔軟なチューブ）とシリンジをお渡しします。指示： We will give you urinary **catheters** (flexible tubes) and syringes to help you eat. Instructions:

Pediatric Oral and Maxillofacial Surgery Clinic
Discharge Instructions After Jaw Surgery (Japanese)

1. シリンジにミキサー食を入れます。

Fill the syringe with your blended food.

2. カテーテルの開いている端をシリンジの先端に取り付け、カテーテルをちょうどよい長さにカットしてください。

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

3. カテーテルのもう一方の端を口に入れ、シリンジのプランジャーを押して食事をカテーテルを通して口の中に送り込んでください。

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.

この方法での食事が簡単でも快適でもないことは理解しています。また、調味料ボトルやウォッシュボトルなどのスクイズボトルを使用して食事をするもお勧めします(オンラインで購入可能です)。

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).

手術後の痛みはどのように管理すればよいですか？

How will I manage my pain after surgery?

- 痛みを和らげるために、アセトアミノフェン(タイレノール®)とイブプロフェン(モトリン®)を処方します。手術後3~5日間は、就寝時を除いて1日を通してこれらの薬を服用してください。これらの薬は6時間ごとに一緒に服用してください(例: タイレノール®とモトリン®を午前9時、午後3時、午後9時に服用)。

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).

- また、必要に応じて、痛みを抑えるための薬としてオキシコドンを処方します。タイレノール®とモトリン®で痛みが和らがない場合のみ、オキシコドンを服用してください。

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®.

- 痛みを管理するための薬として、ガバペンチンの処方箋をお渡しします。処方どおりに服用し、すべて飲み切ってください。
- 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.
- 手術後最初の5日間はアイスパックを使用してください。これは痛みや腫れを和らげます。

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

- アイスパックを顎に20分間当てたら、次の20分間は外して肌を冷えから休ませてください。アイスパックを直接肌に当てないように、タオルや専用のカバーを使用してください。
- 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.

自宅ではどのように薬を服用すればよいですか？

How will I take my medications when I get home?

処方される薬はすべて液体タイプになります。他に服用が必要な薬がある場合は、手術前にその薬を処方している医師に連絡してください。顎の手術を受けることと、液体の薬が必要になることを医師に伝えてください。

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.

手術後に腫れはありますか？

Will I have swelling after surgery?

手術後は腫れが出ます。腫れは手術後3〜5日間続き、その後数週間から数か月かけてゆっくりと引いていきます。

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.

- 腫れを抑えるために、手術後最初の5日間はアイスパックを使用するのが最適です。アイスパックを顎に20分当てたら、20分外して肌を冷えから休ませてください。アイスパックを直接肌に当てないように、タオルや専用のカバーを使用してください。

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.

- 医師の許可が出るまでは、温熱パックなどの温かいものを顎に当てないでください。熱は腫れを悪化させる可能性があります。

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

- 手術後最初の1週間は、頭を30〜45度の角度で高くして寝てください。これにより、腫れを軽減することができます。そのためには、くさび枕を使用するか、リクライニングチェアで寝るのがおすすめです。

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.

- 唇が腫れている場合は、トリアムシノロンクリームを処方することがあります。これは、手術後7日間のみ使用してください。7日後からは、ワセリン®に切り替えて使用できます。

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®.

唇の乾燥を防ぐにはどうすればよいですか？

How can I keep my lips hydrated?

ワセリン®、チャップスティック®、ブリストックス®、カーメックス®、またはビタミンEをたっぷり唇やその周りの肌に塗ってください。唇の古い角質を剥がさないでください。深い組織とつながっている可能性があります、唇から出血することがあります。

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.

手術後、顔のしびれを感じることはありますか？

Will my face feel numb after surgery?

顔や唇にしびれを感じる場合があります。この症状は数週間から数か月続くことがありますが、時間とともに改善していきます。

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.

- 夜に 3〜5mg のメラトニンを服用すると、しびれを軽減し、感覚を取り戻すのに役立つ可能性があるという研究があります。試してみたい場合は、薬局や店舗で購入できるメラトニン（処方箋不要）を利用できます。

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.

手術後、鼻づまりは起こりますか？

Will I have nasal congestion (a stuffy nose) after surgery?

上顎の手術を受けた場合、鼻づまりが生じます。下顎の手術を受けた場合、おそらく鼻づまりは起こらないでしょう。鼻の腫れや鼻づまりは、手術後最初の 2 日間が最も強く、その後 2 週間かけて徐々に改善していきます。

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.

- 上顎の手術を受けた場合、手術後 2 週間は鼻をかまないでください。

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

- 処方された点鼻薬の使用、プソイドエフェドリンの服用、手術後最初の 1 週間は夜に上半身を起こして寝ることで、鼻づまりの緩和に役立ちます。

Pediatric Oral and Maxillofacial Surgery Clinic
Discharge Instructions After Jaw Surgery (Japanese)

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.

手術後の感染を防ぐにはどうすればいいですか？

How can I avoid getting an infection after surgery?

- 医師から手術後に抗生物質が処方された場合は、指示どおりに服用し、最後まで飲み切ってください。

If your doctor gives you an antibiotic medication to use after your surgery, take it as prescribed until it is gone.

- 口をできるだけ清潔に保ちましょう。Keep your mouth as clean as possible.
- 手術後 6 週間後の経過観察の診察が終わるまでは、すべての喫煙や電子タバコの使用を控えてください。

Avoid all smoking or vaping until after your 6-week follow-up appointment after surgery.

手術後はどのように口の中を清潔にすればいいですか？

How should I clean my mouth after surgery?

- 手術後 2 週間は、ペリデックス®の洗口液または温かい塩水で少なくとも 1 日 2 回すすいでください。

Use the Peridex® mouth rinse or rinse with warm salt water at least 2 times a day for 2 weeks after surgery.

- 子供用の柔らかい歯ブラシと普段の歯磨き粉を使用して、歯と矯正器具をみがいでください(縫合部や切開部分は避けてください)。

Use a child-sized, soft-bristled toothbrush and your normal toothpaste to clean your teeth and braces (avoid the stitches and incisions).

- また、ウォーターピック®やウォーターフロッサーを使用して、口を清潔に保つこともできます。

You may also use a Waterpik® or water flosser to help keep your mouth clean.

吐き気や嘔吐がある場合はどうすればよいですか？

What if I have nausea or vomiting?

吐き気や嘔吐がある場合は、当院までお知らせください。吐き気を抑える薬を処方しますので、薬局で受け取ってください。

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.

- 嘔吐する場合は、シンクや便器の上で前かがみになり、液体が歯の隙間を通るようにしてください。

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

- 必要に応じてゴムを外し、体調が回復したら当院に連絡してゴムを交換してください。

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

手術中にスプリントは装着されますか？

Will I have a splint placed during my surgery?

手術中に医師が口の中にスプリントを装着することがあります。これは、噛み合わせを調整し、新しい顎の位置で筋肉が正しく機能するようにするためのものです。スプリントは、手術後6週間後の経過観察の予約まで装着したままになります。

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.



手術後、次に矯正歯科医の診察を受けるのはいつですか？

When do I need to see my orthodontist again after my surgery?

6週間の経過観察の予約の後、2〜3日以内に矯正歯科医の診察を予約してください。

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.

手術後はどのような活動ができますか？

What kind of activities can I do after surgery?

- 少しずつ通常の活動を再開してください。歩いたり体を動かしたりすることはできますが、手術後6週間は、体調がよくても運動、ランニング、15ポンド以上の物を持ち上げることは控えてください。

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.

- 手術後6週間は、コンタクトスポーツ、ボールを使うスポーツ、激しいスポーツは避けてください。

Avoid any contact sports, any sport with a ball, or any aggressive sports for 6 weeks after surgery.

- 体調が良くなり、オキシコドンを服用しなくなったら、仕事や学校に復帰できます。

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

ゴムを交換するにはどうすればよいですか？

How do I change out my elastics?

病院で渡されたゴムは、そのまま装着しておいてください。手術後2週間後の予約時にゴムを交換します。ゴムに関する詳しい情報は、bit.ly/MM-ElasticsVideo にアクセスするか、このQRコードをスキャンしてください。

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 or scan this QR code for more information about elastics.



手術後に購入して使用すると便利なものは何ですか？

What are some helpful items to buy and use after my surgery?

- 「調味料ボトル」または「ウォッシュボトル」をオンラインで検索してください。これらは、手術後最初の2週間の飲食に役立ちます。

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

- 「くさび枕」をオンラインで検索してください。これは、腫れや鼻づまりの軽減に役立ちます。

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

- 「顔用アイスパック」をオンラインで検索してください。これは、手術後の腫れや痛みの軽減に役立ちます。

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

クリニックの連絡先を教えてください。

What is the contact information for the clinic?

小児口腔顎顔面外科クリニック

Pediatric Oral and Maxillofacial Surgery Clinic

- 月曜日から金曜日の午前 8 時から午後午後 4 時 30 分の間は、(734)936-5950 にお電話ください。

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

- 午後 4 時 30 分以降や週末に緊急の問題がある場合は、(734)936-4000 まで病院にお電話ください。オペレーターに「オンコールの小児口腔外科医」を呼び出すよう依頼してください。

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.**”

免責条項:この資料には該当する健康状態や疾患の典型的なケースを想定しミシガン大学ヘルスが編集した情報や教材が含まれています。資料の中にはミシガン大学ヘルス外で作成されたオンラインサイトのリンクが掲載されている場合がありますが、そのようなサイトの内容に関しミシガン大学ヘルスは一切責任を負いません。この資料の内容は主治医からの医学的アドバイスに代わるものではありません。なぜならあなたが経験されることが典型的な患者の経験と異なる場合があるからです。この資料の内容、ご自分の状態、治療計画に関し質問がある場合は担当の医療従事者にお問合わせ下さい。

Disclaimer: This document contains information and/or instructional materials developed by University of Michigan 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.

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

編集: 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®

翻訳: ミシガン・メディシン通訳サービス

Translation: Michigan Medicine Interpreter Services

[ミシガン大学ヘルス](#)による患者教育は、[クリエイティブ・コモンズ表示-非営利-継承4.0 国際パブリック・ライセンス](#)を有しています。

最終版 2024 年 10 月

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