

Chirurgische kaakcorrectie

Informatie bij ontslag



Ommelander Ziekenhuis
Groningen

De Mond-, Kaak- en Aangezichts chirurg (MKA-chirurg) heeft bij u een chirurgische kaakcorrectie uitgevoerd. U mag binnenkort naar huis. Hieronder worden een aantal zaken voor u op een rijtje gezet.

Mondhygiëne

Het is van belang dat u probeert uw mond en gebit zo goed mogelijk schoon te houden.

Spoel uw mond 4 keer per dag met een mondspoelmiddel. U krijgt daarvoor een recept mee.

Zodra u dat weer durft mag u ook tandenpoetsen. Vaak is dit ongeveer 3-4 dagen na de operatie weer goed mogelijk. U hoeft niet bang te zijn dat u hiermee de wonden beschadigt. Vaak is het handig om een kleine en zachte tandenborstel te gebruiken. Zodra u weer goed kunt poetsen mag u stoppen met mondspoelmiddel.

Voeding en kauwen

De eerste dagen na de operatie zult u wat gewicht verliezen, dit is normaal. Het is wel belangrijk dat u niet teveel afvalt. Houd dit in de gaten door u regelmatig te wegen.

U mag gedurende 6 weken niet kauwen.

Het duurt 6 weken voordat de kaak weer vastgegroeid is. Als u eerder begint met kauwen kan de kaakstand weer veranderen.

Het is dus belangrijk om de eerste zes weken na de operatie zachte of gemalen voeding te gebruiken.

Maal het eten met een staafmixer of blender. Eet wat vaker op een dag en eet voedsel waar veel energie in zit. U krijgt nog een aparte folder mee over vloeibare en gemalen voeding.

Pijn

De meeste mensen hebben weinig pijn na een chirurgische kaakcorrectie. Toch adviseren wij pijnstillers te gebruiken de eerste dagen na de operatie. Deze werken het beste wanneer u ze standaard enkele malen per dag inneemt. U krijgt een recept mee.

Elastiekjes

U heeft elastiekjes tussen de onder- en bovenbeugel. Deze moet u een week laten zitten.

Na een week mag u ze zelf dagelijks gaan vervangen. U krijgt uitleg over hoe dit moet. Het is belangrijk dat u de elastiekjes weer op dezelfde manier

aanbrengt. Onthoud dus goed hoe en waar ze in de mond zitten (maak evt. een foto).

Tijdens tandenpoetsen en tijdens eten mag u de elastiekjes losmaken zodat u kunt poetsen en een lepel kunt gebruiken. Breng na het poetsen en eten de elastiekjes wel weer meteen aan.

U krijgt bij ontslag uit het ziekenhuis een zakje met elastiekjes mee.

Hechtingen

De hechtingen lossen vanzelf op. Dit duurt een aantal weken tot maanden (afhankelijk van de soort hechtingen). Soms haalt uw MKA-chirurg de hechtingen er al bij een nacontrole uit.

Pleister

Na de kaakoperatie wordt soms een pleister over de kin of de bovenlip aangebracht. Deze ondersteunt het geopereerde gebied.

De pleister mag u na 3 dagen voorzichtig verwijderen.

Alleen bij operatie van de bovenkaak

Wanneer u aan uw bovenkaak bent geopereerd mag u de eerste week na de operatie uw neus niet snuiten. U mag uw neus wel 'ophalen'.

Houd bij het niezen uw mond open. Het is verstandig om de eerste week na de operatie neusspray te gebruiken. U krijgt daar een recept voor mee.

Werk/school/sport

De meeste mensen hebben na een chirurgische kaakcorrectie ongeveer 2 weken nodig voor herstel. Dit verschilt per persoon en hangt ook af van uw werk/opleiding. U kunt zelf het beste inschatten wanneer u zich weer fit genoeg voelt om te beginnen met uw dagelijkse werkzaamheden.

Het is goed om aan uw conditie te werken, maar wij adviseren de eerste 8 weken geen contactsporten te beoefenen. De kaken zijn gedurende deze periode nog niet volledig genezen en zijn nog kwetsbaar.

Vervolgafspraken bij de MKA-chirurg

Bij uw ontslag uit het ziekenhuis krijgt u een afspraak mee voor controle bij de MKA-chirurg (meestal na 1 week). Er worden dan röntgenfoto's gemaakt. Er wordt gevraagd hoe het gaat met de voeding en het lichaamsgewicht. Ook wordt gekeken naar de wondgenezing en de mondhygiëne en of de kiezen goed op elkaar passen.

U komt een aantal keren terug voor nacontroles.

Orthodontist

De eerste afspraak bij de orthodontist is ongeveer 4 weken na de operatie. De orthodontist bepaalt dan verder hoe u de elastiekjes moet dragen en hoe de orthodontische behandeling verder gaat.

Oefenen van de mondopening

4 weken na de operatie

Het is de bedoeling dat u 4 weken na de operatie begint met dagelijkse kaakoefeningen. De elastiekjes moet u tijdens het oefenen uitdoen.

De oefeningen kunnen in het begin het beste voor de spiegel worden uitgevoerd. Ze hebben geen negatief effect op het resultaat van uw operatie.

1. Doe uw mond zover mogelijk open en houdt dit tenminste 30 seconden vol. In het begin lukt dit misschien niet, bouw het dan op totdat u 30 seconden volhoudt.
2. Beweeg nu uw onderkaak zover mogelijk naar links en houd uw onderkaak tenminste 30 seconde in deze stand.
3. Doe daarna hetzelfde met de onderkaak naar rechts.
4. Tenslotte brengt u uw onderkaak gedurende tenminste 30 seconden zover mogelijk naar voren.

Wissel deze 4 oefeningen gedurende enkele minuten af en doe ze verspreid over de dag, maar in totaal minimaal 30 minuten.

Tijdens het oefenen voelt het vaak ongemakkelijk en soms pijnlijk aan, omdat u spieren gebruikt die enige tijd nauwelijks hebben gefunctioneerd. Probeer u het oefenen echter goed vol te houden.

8 weken na de operatie

Afhankelijk van de mondopening die u nu heeft bereikt, gaat u door met de oefeningen, of wordt u door de MKA-chirurg voor behandeling naar een gespecialiseerd fysiotherapeut verwezen.

Belangrijk

Indien u de oefeningen niet goed doet, kunt u een beperkte mondopening overhouden. Dit kan storend zijn voor uw functioneren.

Het meeste effect van de oefeningen bereikt u in de eerste paar weken. Na 4 maanden kunt u weinig effect meer van oefenen en fysiotherapie verwachten.

Vragen

Wij vinden het belangrijk dat u goed geïnformeerd bent over uw behandeling.

Heeft u na het lezen van deze tekst nog vragen? Stelt u deze gerust aan uw MKA-chirurg of de assistente. U kunt ons telefonisch bereiken via het algemene telefoonnummer van het ziekenhuis: 088 - 066 1000.



**Samen.
De beste zorg.
Dichtbij.**

ommelanderziekenhuis.nl

T 088 - 066 1000

OZG (02-21) MKA 681