

Enkelt/dobbelt kæbeoperation

Til patienter og pårørende

Du har nu gennemgået bøjlebehandlingen inden din kæbeoperation, og det er vigtigt, at du læser denne patientinformation for at forstå den planlagte operation, indlæggelsen og tiden efter. Spørgsmål omkring forløbet vil vi besvare ved forundersøgelsen.

Forundersøgelsen vil strække sig over 4-5 timer.

Indlæggelsestid 2-3 dage.

Du skal møde i Kæbekirurgisk ambulatorium om morgenen på operationsdagen. Tidspunktet aftaler vi til forundersøgelsen.

Forundersøgelsen

- Det er en god idé at have pårørende med, da der bliver givet meget information.
- Vores kæbekirurg vil undersøge og gennemgå operationen med dig.
- Du får taget røntgen og skanningsbilleder af dine tænder og kæber.
- Vi tager også billeder af dit ansigt og tænder.
- Vi sikrer os, at du ikke får medicin eller har sygdomme, der kan komplicere operationen.
- Du får recept på smertestillende medicin og proteindrik.
- Du får taget blodprøver og taler med en narkoselæge.

Sådan forbereder du dig til operationen

Medicin og kosttilskud

3 uger før operationen må du **ikke** tage:

- Kodimagnyl
- Treo
- Tabletter, der indeholder Acetylsalicylsyre
- Omega 3 fedtsyre (fiskeolie)
- Ginseng
- Gingobiloba
- Hvidløgspliller

Disse præparater kan nemlig virke blodfortyndende. Du må gerne tage Pinex, Pamol og Panodil.

Faste

Du skal være fastende på operationsdagen. Læs mere om fasteregler på: [Fasteregler](#).

Bedøvelse

Da du skal i fuld bedøvelse bedes du læse patientinformationen: [Før du skal bedøves](#).

Enkelt/dobbelt kæbeoperation

Kæbekirurgen kommer og hilser på dig, før du bedøves.
Du må gerne have en pårørende med, indtil du sover.

Ryging og alkohol

For at fremme sårhelingen og minimere risiko for komplikationer anbefaler vi, at du stopper med at ryge 6 uger før din operation og vedligeholder rygestopet efter operationen.

Hvis du normalt drikker mere end 4 genstande om dagen, råder vi dig til at stoppe helt med at drikke alkohol mindst 4 uger før din operation.

Sundhedsstyrelsens anbefalinger:

Læs om rygning og alkohol ved operationer: [Forebyggelse for komplikationer](#).

Find rygestopstilbud i din kommune på: [Stoplanien](#).

Hygiejne

- Du skal være nybadet på operationsdagen.
- Mænd skal barbere sig om morgenen - helst med en el-barbermaskine. Mænd med langt skæg eller overskæg bør fjerne dette 1 uge før operationen.
- Du må ikke have smykker, piercinger, neglelak/kunstige negle eller make up på.

Hvordan forholder jeg mig efter operationen

De fleste overnatter på Opvågningsafsnittet den første nat. Er du opereret på begge kæber, overnatter du på Opvågningsafsnittet. Er du opereret på enten overkæbe eller underkæbe kommer du tilbage på Sengeafsnittet efter 3-4 timer i opvågningen. Hvis du ønsker besøg på Opvågningsafsnittet, kan det som regel lade sig gøre efter kl. 17.00.

Når du vågner, er tænderne ikke bundet sammen.

Medicin/smerter

- Du vil normalt ikke have særligt ondt efter operationen. Men der vil være en del ubehag fra hævelse og nedsat følelse.
- Du får smertestillende medicin de første dage, og du kan få ekstra smertestillende medicin ved behov.
- Du kan få kvalme og kaste op efter operationen. For at mildne dette kan vi give dig kvalmestillende medicin.
- Din søvn er afgørende for dit velbefindende, vi vil derfor tilbyde dig en sovetablet de første aftener.
- For at undgå betændelse vil du få antibiotika under indlæggelsen.

Hævelse

- Du må forvente, at du kan blive noget eller voldsomt hævet i ansigtet, hvilket er normalt.
- De første 2-3 døgn tiltager hævelsen, og du vil få medicin mod det.
- Den værste hævelse forsvinder i løbet af 2-3 uger.
- Du vil også få isposer på dine kinder i 1-2 døgn for at mindske hævelsen og spændthed.
- Hævet hovedgærde og ekstra puder kan afhjælpe.
- Du skal bruge din mimik - spidse læberne, smile og bruge tungen bevidst, når du taler.
- Sår og hævelse på dine læber forsvinder hurtigere, hvis du smører dem hyppigt med læbesalve, som vi udleverer til dig.

Enkelt/dobbelt kæbeoperation

- Når du er hjemme igen, kan du med fordel behandle hævelsen med en varmegude eller varmelampe. Påfør varme 15 min. 4 gange dagligt.
- Først efter 2-3 måneder er resthævelsen helt forsvunden.
- Er du opereret på hagen, har du et hageplaster på i 4-5 døgn efter operationen. Plastret fjernes nemmest når det er vådt, f.eks. når du er i bad.

Dræn

- Efter operation af underkæben lægger vi som regel 2 sugedræn. Det er en tynd slange ud gennem huden på undersiden af kæben.
- Vi fjerner dræne igen dagen efter operationen.

Væske

- Det er vigtigt, at drikke rigeligt med væske efter operationen.
- Et voksent menneske har i gennemsnit brug for ca. 2 liter væske i døgnet.
- Vi har specielle krus, som gør det nemmere at drikke de første par dage.
- Download og print evt. et [Complianceskema](#) her. Dette kan være med til at strukturere dine gøremål, kost- og væskeindtag.

Kost

- Det er vigtigt, at du spiser og drikker så meget som muligt for at få energi og overskud. Mange vil dog opleve, at appetitten er nedsat.
- De første 3 uger må du kun spise flydende og tyggefri mad (skemad).
- Efter 3 uger må du spise blød mad, som eksempelvis brød uden skorpe, farsmad, ris og pasta, se links nedenfor.
- Efter 6 uger skal du gradvis over 2 uger begynde at spise mere og mere normalt.
- Er du opereret i overkæben, må du ikke, i 8 uger, bruge dine fortænder til at bide af med.
- Diætisten vil hver torsdag kl. 12.30 - 13.00 undervise om kost i opholdstuen på Sengeafsnit E3.
- Du får tilsendt materiale/information fra diætisten.

Læs mere og få gode idéer til kostvariationer her:

Kost til kæbeopererede på: [Kost til kæbeopererede](#).

Opskrifter til kæbeopererede på: [Opskrifter](#).

Ernæringsrige drikke på: [Ernæringsrige drikke](#).

Adozan energi- og proteintilskud på: [Adozan](#).

Vegetarisk/vegansk kost på: [Vegetarisk/vegansk](#).

Aktivitet

- Hurtigt efter operationen vil vi opfordre dig til at komme op af sengen og gå omkring på afdelingen, dog uden at overanstrenges dig.
- Det er normalt at føle sig meget træt de første dage.
- Tag dit eget tøj på, så føler man sig mere frisk.
- Medbring indesko/hjemmesko.
- Besøg kan være trættende, selvom du føler dig nogenlunde frisk.
- Vi anbefaler, at du kun får besøg af din nærmeste familie og nære venner.
- Der er fri besøgstid, men der skal være ro på stuen fra kl. 12-14 og efter kl. 21.00.

Nedtrykthed

Det er vigtigt at være forberedt på, at du kan blive ked af det i dagene efter operationen.

Det er helt normalt. Det er midlertidigt, og humøret bliver bedre i løbet af få dage.

Det er vigtigt, at du samarbejder og følger vores råd og vejledning.

Enkelt/dobbelt kæbeoperation

Blødning -

- Din næse vil i nogen grad være tilstoppet på grund af blodskorper. Vi vil hjælpe dig med at fjerne dem, og du vil få udleveret næsedråber til at lette vejrtrækningen.
- Du vil måske opleve, at der kan komme en lille blødning fra din næse eller sårene fra din mund. Det er helt normalt og kan som regel stoppes med gaze eller is. Du må **IKKE** pudse næse eller nyse med lukket mund de første 4 uger, hvis du er opereret på overkæben. Hvis din næse løber, må du tørre den forsigtigt. Næseblødning kan forekomme op til 14 dage efter.

Mundhygiejne

- Grundig mundhygiejne er vigtig. Vi vil vejlede og hjælpe dig.
- Det er vigtigt at skylle munden med vand efter hvert måltid.
- De første dage skal du børste dine tænder med en blød lille tandbørste 2 gange om dagen. Vi udleverer en tandbørste.
- Du skal børste direkte på dine tænder og bøjler og undgå at børste på trådene.
- Tandpasta kan måske svie de første dage.
- 1 time efter tandbørstning skal du skylle din mund med Klorhexidin 0,1 %. Se Klorhexidinvejledning på [Klorhexidin](#).
- Klorhexidin skal bruges morgen og aften, indtil dagen efter trådene er fjernet.

Nedsat følelse i læber og hage

- Efter operation af underkæben vil du opleve en følelsesløshed i underlæbe og hageparti og måske tendens til at savle.
- Giv ikke op - følelsen vender gradvist tilbage.
- Hos nogle kan der blive tale om en permanent let nedsat følelse af området på underlæbe og/eller på hagen. Det volder dog sjældent problemer.
- Er du opereret på overkæben, vil du opleve nedsat følelse i overlæben og på siden af- og under næsen.
- Følelsen vender næsten altid tilbage, men der kan gå op til 6-12 måneder.
- Sjældent kan der forekomme permanent ændring af følelse i tandkød, kinder og tunge.

Elastikker

- Vi vil altid sætte elastiktræk mellem dine over- og undermundstænder for at holde på dit nye bid, modvirke tilbagefald og aflaste dine muskler og led.
- Vi lærer dig at tage elastikkerne af og på.
- Elastiktrækket skal være på i op til 4 måneder. Se mere om elastikker i patientinformationen: [Efter kæbeoperation](#).

Gabeøvelser

Efter operationen er din gabeevne nedsat. Dine muskler og led skal genoptrænes. 2 gange dagligt skal du lave gabeøvelser, åbne- og lukkeøvelser og øvelser, hvor du skyder underkæben frem og til siderne (uden elastikker). De første 3 måneder må du ikke bruge fingrene til at trykke kæberne fra hinanden.

Ændret udseende

- Ændringer i udseendet er næsten altid til det bedre.
- Der kan optræde uønskede ændringer som f.eks. øget fylde af kinderne. I næsten alle tilfælde vil dette forbedres i løbet af nogle måneder.
- Efter 6 måneder kan vi vurdere forholdene.

Enkelt/dobbelt kæbeoperation

Når Læs patientinformationen: [Efter enkelt/dobbelt kæbeoperation](#).

Ved udskrivelsen vil du få en grundig instruktion i medicin, kost, mundhygiejne, brug af elastikker m.m.

Sygemelding

Vi anbefaler en sygemelding på 2-6 uger afhængigt af dit arbejde eller din uddannelse.

Komplikationer

Det er sjældent, der opstår komplikationer. Oplever du kraftig blødning, tiltagende hævelse eller feber, skal du kontakte Kæbekirurgisk ambulatorium eller sengeafsnit.

Motion/fysisk aktivitet

- Du må begynde at cykle efter 2-3 uger. Svømme må du efter 4 uger.
- Løb, fitness og anden træning må du forsigtigt starte op med efter 1 måned.
- Fodbold, håndbold og anden kontaktsport må du først dyrke efter 3-4 måneder.
- Sex er ikke forbudt, men under hensyntagen til din fysik og de fysiske restriktioner for din kæbeoperation. Spørg hvis du er i tvivl.

Solbadning

Din hud er mere følsom efter operationen, og vi anbefaler derfor, at du bruger solcreme med høj faktor ved solbadning de første 6 måneder.

Efterbehandling

- 1 og 2 uger efter operationen skal du til kontrol hos kæbekirurgen.
- Ved kontrollen i 2. uge fjerner vi trådene og skanner dine kæber.
- 4 måneder og 2 år efter skal du til opfølgende kontrol hos kæbekirurgen.
- Efter din udskrivelse skal du have en aftale hos din bøjletandlæge senest 4 uger efter operationen.

Tilbagefald

Tilbagefald betyder, at forskydningen kan søge tilbage mod den oprindelige position. Hvis der sker et tilbagefald, er det næsten altid inden for det acceptable.

Det er meget vigtigt, at du følger vores råd og anvisninger som f.eks. brug af elastikker.

Tandskader

Da vi opererer tæt på tænderne, kan der være en lille risiko for at tænderne mister deres blodforsyning. Det betyder, at tanden eller tænderne på længere sigt må rodbehandles og måske bleges. Det vil være for egen regning.

Spørg, hvis du er i tvivl

Kontakt Kæbekirurgisk ambulatorium på telefon 79 18 21 45, hverdage ml. 8.00 - 15.00.

Er du udskrevet fra Kæbekirurgisk sengeafsnit kan du rette henvendelse hertil på telefon 79 18 21 51 aften og weekender.

Med venlig hilsen

Kæbekirurgisk afsnit