

คำแนะนำการปฏิบัติตนหลังการผ่าตัดขากรรไกร

ผศ.ทพ. สุรกิจ วิสุทธีวัฒนาก

ภาควิชาศัลยศาสตร์ช่องปากและแม็กซิลโลเฟเชียล

อาการสำคัญ

- หลังการผ่าตัดจะทำให้เกิดการปวดและบวมได้ ซึ่งเป็นเรื่องปกติโดยเฉพาะจะบวมมากในช่วง 3 วันแรก และจะดีขึ้น หลังผ่านไป 1 – 2 สัปดาห์ สามารถบรรเทาอาการปวดได้ด้วยยาแก้ปวดที่ทันตแพทย์จ่ายให้เมื่อได้รับอนุญาตให้กลับบ้าน
- อาการชาหลังผ่าตัดเป็นสิ่งปกติ การผ่าตัดขากรรไกรบนสามารถทำให้ริมฝีปากบน แก้ม และปีกจมูกชาได้ การผ่าตัดขากรรไกรล่างสามารถทำให้ริมฝีปากล่าง คาง หรือลิ้นชาได้ อาการชางจะค่อยๆ ดีขึ้น วัฒมัน B1 – 6 – 12 สามารถบรรเทาอาการชาได้เร็วขึ้น

ระยะเวลาในการพักรักษา

- ระยะเวลาพักรักษาตัวในโรงพยาบาลหลังการผ่าตัดอาจกินเวลาประมาณ 3 ถึง 5 วัน
- หลังทันตแพทย์พิจารณาให้กลับบ้านได้แล้ว จะทำการนัดติดตามดูอาการทุกสัปดาห์จนกว่าจะครบ 1 เดือน เพื่อตัดไหม ล้างแผล และปรับการสบฟัน
- กรณีใส่แผ่นพลาสติกใส ที่ติดอยู่กับฟันบนจะเอาออกประมาณ 1 เดือน หลังการผ่าตัด
- ทันตแพทย์อาจจะใช้ยางดึงขากรรไกรบนและล่าง เพื่อแก้ไขการกัดฟันไม่ลงหรือฟันไม่สบกัน ประมาณ 2 – 4 สัปดาห์ ระหว่างนี้ผู้ป่วยให้รับประทานอาหารเหลวทางปากผ่านทางกระบอกดัดยา ช้อน ถ้วย ใช้เวลาประมาณ 2 – 4 สัปดาห์ เมื่อการสบฟันดีขึ้น ผู้ป่วยจะนัดพบกับทันตแพทย์จัดฟันเพื่อทำการจัดฟันต่อไป

คำแนะนำการปฏิบัติตนขณะกลับไปพักรักษาต่ที่บ้าน

1. การรับประทานยา ควรรับประทานยาตามคำแนะนำของกทันตแพทย์อย่างเคร่งครัด/ครบถ้วน ห้ามหยุดยา/เพิ่มหรือลด ขนาดยาเองโดยเด็ดขาด หากมีปัญหาให้รีบติดต่อกลับ
2. การรับประทานน้ำและอาหาร ควรรับประทานอาหารเหลวใสในช่วงสัปดาห์แรกของการผ่าตัดหรืออาหารปั่น เพื่อเป็นการรักษาความสะอาดของบาดแผลในช่องปาก ไม่ควรเคี้ยวอาหารเป็นระยะเวลาอย่างน้อย 2 – 3 เดือน หรือตามกทันตแพทย์แนะนำ เมื่อเข้าสู่เดือนที่ 2 สามารถเริ่มรับประทานอาหารอ่อนนุ่มได้ เช่น โจ๊ก ข้าวต้ม ไข่ตุ๋น เกี๊ยมอี และสามารถรับประทานอาหารปกติ (ไม่กรอบ – แข็ง) ได้ เมื่อผ่าตัดไปแล้ว 3 เดือน
3. การปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน สามารถทำได้ตามปกติ 1 – 2 สัปดาห์แรก ควรหลีกเลี่ยงการออกกำลังกายและกิจกรรมต่างๆ ที่ต้องใช้แรงหนัก เช่น ยกของ วิ่ง เนื่องจากร่างกายมีการสูญเสียเลือด หลังจากสัปดาห์ที่ 2 สามารถออกกำลังกายเบาๆ เช่น เดินยืดเหยียดกล้ามเนื้อได้ หลังสัปดาห์ที่ 12 สามารถออกกำลังกายแบบแอโรบิค วิ่ง ปั่นจักรยาน ว่ายน้ำ ได้ ควรหลีกเลี่ยง กีฬาที่มีการปะทะ เช่น บาสเกตบอล ฟุตบอล วอลเลย์บอล หรือ กีฬาโลดโผน
4. การนอนหลับ ควรนอนศีรษะสูง 30 องศา ประมาณ 2 สัปดาห์ เพื่อช่วยให้ยุบบวมเร็วขึ้น
5. อาจรู้สึกว่ายังมีไหมเย็บอยู่ในช่องปาก ซึ่งไหมดังกล่าวกทันตแพทย์จะนัดมาตัดไหม 2 – 3 สัปดาห์ หลังผ่าตัด
6. การประคบเย็น ควรประคบเย็นเพื่อลดอาการบวมประมาณ 3 – 7 วัน หลังผ่าตัด การประคบอุ่น สามารถประคบหลังจากประคบเย็นอีก 3 – 7 วัน หรือตามคำแนะนำของกทันตแพทย์
7. การรักษาความสะอาด ควรรักษาความสะอาดในช่องปากอยู่เสมอโดยการบ้วนปากและเริ่มแปรงฟันได้หลังผ่าตัดวันที่ 2 โดยใช้แปรงสีฟันขนาดเล็กขนนุ่มของเด็กและควรแปรงอย่างนุ่มนวล ระมัดระวัง อาจใช้ยาสัฟวันและน้ำยาบ้วนปากเพื่อป้องกันการติดเชื้อ หลัง 7 วัน
8. ควรหลีกเลี่ยงการขากเสมหะแรงๆ การล้วงเข้าไปในช่องปาก ห้ามเขี่ยแผลเล่น เพราะอาจทำให้แผลเปิดและฉีกขาด มีเลือดออกจากแผลในช่องปากได้ หากมีเลือดออกในช่องปากหรือจมูกให้นอนยกศีรษะสูง ประคบเย็นด้วยน้ำแข็งหรือ Cold Pack บริเวณขากรรไกรและคอและมาพบกทันตแพทย์โดยเร็ว
9. การสังเกตภาวะแทรกซ้อน หากมีอาการรุนแรงควรมาพบกทันตแพทย์ก่อนวันนัดหมายได้

ภาวะแทรกซ้อนสำคัญที่ผู้ป่วยควรกลับมาพบแพทย์โดยเร็ว

- มีเลือดสีแดงสดจำนวนมากออกทางปาก จมูก หากมีอาการให้รีบประคบเย็นนอกช่องปากแล้วมาพบแพทย์โดยเร็ว (24 ชม.)
- มีอาการบวมเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ หลังออกจากโรงพยาบาล อาจเป็นได้จากการติดเชื้อหรือมีเลือดออกภายในผิวหนัง
- มีการหายใจลำบาก กลืนน้ำไม่ลง คอบวม เจ็บ เสียงแหบแห้ง
- ขากรรไกรมีการขยับเปลี่ยนตำแหน่งอย่างผิดปกติ เจ็บ ปวด ปวดอย่างชัดเจน
- ได้รับการกระทบกระเทือนบริเวณศีรษะ ใบหน้า อย่างรุนแรง
- ภาวะเลือดออกมากผิดปกติหลังผ่าตัด (พบได้น้อย)
- เวลารับประทานอาหารหรือดื่มน้ำ อาจมีสำลักขึ้นจมูกได้ จึงควรดื่มน้ำและรับประทานอาหารอย่างช้าๆ และอย่างระมัดระวัง
- การผ่าตัดไม่เป็นไปตามแผนการรักษา

การนัดตรวจหลังออกจากโรงพยาบาล

กทันตแพทย์จะนัดมาดูแผลผ่าตัดทุก 1 สัปดาห์หลังผ่าตัด และหลังจากนั้นประมาณ 4 – 6 สัปดาห์หลังผ่าตัด การผ่าตัดจะเห็นผลชัดเจนยิ่งขึ้น หลังเนื้อเยื่อของทางเดินหายใจยุบ บวม ประมาณ 2 สัปดาห์หลังผ่าตัด ส่วนใหญ่ผู้ป่วยมักกลับไปทำงานได้ภายในระยะเวลา 1 เดือน แพทย์และกทันตแพทย์จะนัดผู้ป่วยมาเพื่อประเมินผลการรักษาเป็นระยะๆ

