



- 01** 수술 후 7일 동안은 부기나 멍이 생기며 그 이후부터는 점차 빠지게 됩니다.
- 02** 수술 후 7일 정도는 냉찜질을 해주는 것이 좋습니다. 냉찜질을 하실 때에는 수술 부위에 얇은 수건이나 손수건을 먼저 댄 후, 병원에서 제공하는 Ice-pack을 그 위에 올리고 찜질을 해주시면 됩니다.
- 03** 수술 후 2~3일 정도는 미음이나 죽 등의 부드러운 음식을 드시는 것이 좋습니다.
- 04** 입안에 상처가 있으므로 자주 가글링을 해주는 것이 염증 예방에 매우 중요합니다. 가글링은 최대한 자주 하시고, 식사 후에는 반드시 하셔야 합니다.
- 05** 볼 지방을 충분히 제거한 경우에도 부기 때문에 바로 효과가 드러나지는 않습니다. 부기는 약 1주일, 잔 부기는 1개월 정도 지나야 빠지게 됩니다.
- 06** 가벼운 산책을 제외한 에어로빅, 헬스 등의 강한 운동은 수술 후 4주가 경과한 후부터 하시는 것이 좋습니다.
- 07** 간단한 샤워는 수술한 다음 날부터 가능하며 목욕탕, 찜질방, 사우나 등은 수술 후 4주가 경과한 후부터 이용하셔야 합니다.
- 08** 고개를 숙이거나 옆드리는 행동은 금하여 주셔야 합니다.
- 09** 주무실 때는 폭신한 베개를 받쳐서 주무시는 것이 부기나 통증을 빨리 가라앉게 하는데 도움이 되며 베개에 목이 꺾이지 않도록 주의하셔야 합니다. 목을 옆으로 돌리거나 옆드려 주무시지 마시고 가능한 반듯하게 누워 주무시기 바랍니다.
- 10** 진통제나 항생제는 병원에서 처방한 것만 드시면 됩니다. 진통제가 추가로 필요한 경우에는 아스피린 성분이 없는 타이레놀을 드시면 됩니다. 진통제 중 아스피린 계통은 출혈을 일으킬 수 있으므로 드시지 않아야 합니다.
- 11** 술과 담배는 반드시 수술 후 4주가 경과한 후부터 하셔야 합니다. 술은 염증을 유발할 수 있으며, 담배는 혈관을 수축시켜 피부를 손상 및 괴사시키거나 수술 부위의 상처 치유를 매우 지연시킬 수 있습니다.
- 12** 퇴원 후 발생하는 궁금하신 사항이나 혹은 긴급상황이 발생할 경우 병원(TEL 1588-5153)으로 직접 전화 주시기 바랍니다.