



NEUSBLOEDING

algemene adviezen

In deze folder geeft het Spijkenisse Medisch Centrum u algemene adviezen na een neusbloeding. Leest u deze informatie zorgvuldig. Indien voor u van toepassing zullen aanvullingen en/of wijzigingen op deze algemene informatie altijd door uw behandelend arts aan u worden meegedeeld.

Algemeen

Bij een bloedneus kan het bloed uit één neusgat komen, maar ook uit allebei. U proeft vaak de smaak van bloed omdat neus en mond via de neus- en keelholte met elkaar in verbinding staan.

De oorzaak van een bloedneus is bijna altijd onschuldig. Het slijmvlies dat de binnenkant van de neus bekleedt, is dun en vrij teer. Door het slijmvlies lopen veel bloedvaatjes. Als zo'n bloedvaatje kapot gaat, kan dat een bloedneus geven.

- Een tik op de neus of peuteren in de neus kan een bloedvaatje beschadigen.
- Droge lucht en verkoudheid maken het slijmvlies extra kwetsbaar.
- Bloedverdunnende medicijnen kunnen een rol spelen. Ze zorgen ervoor, dat het bloed minder snel stolt. Een kapot bloedvaatje bloedt dan langer door dan normaal.
- Kleine kinderen stoppen ook wel eens iets in hun neus wat een wondje veroorzaakt, bijvoorbeeld een kraaltje of steentje.
- Oudere mensen hebben zwakkere bloedvaatjes door slijtage.

- Sommige mensen krijgen een bloedneus, zonder dat er een aanleiding voor lijkt te zijn.

Wanneer u een bloedneus heeft, kan er flink wat bloed uit uw neus stromen, maar het is in de meeste gevallen niet zo ernstig als het eruit ziet. Een bloedneus kan zelden kwaad.

Adviezen na een neusbloeding

De kans op een nieuwe neusbloeding is kleiner als u zich aan onderstaande adviezen houdt.

- Neem voldoende rust. Uw bloeddruk stijgt door inspanning en dit vergroot de kans op een nieuwe neusbloeding.
- Voorkom drukverhoging in uw hoofd. Dit betekent dat u geen zware voorwerpen mag dragen, niet voorover mag bukken en niet te hard mag persen op het toilet.
- Vermijd het gebruik van bloedverdunnende medicijnen. Overleg met uw behandelend arts wat te doen indien u deze medicijnen gebruikt!

- Neem een ijsblokje in uw mond wanneer nog bloed doorlekt na de behandeling.
- Vermijd warmte.
Door temperatuurwisselingen kunnen de bloedvaten van uw neus zwellen en ook dit vergroot de kans op een nieuwe neusbloeding
- Eet geen warm of sterk gekruid eten.
- Gebruik geen warme dranken zoals koffie of thee.
- Gebruik geen alcohol.
- Rook niet.

Bij eventuele problemen kunt u op werkdagen van 08.00 tot 16.00 uur contact opnemen met de medewerkers van de polikliniek KNO op telefoonnummer (0181) 65 85 89.

Op andere dagen en tijden kunt u contact opnemen met de medewerkers van de receptie van het Spijkenisse Medisch Centrum. Zij zijn 24 uur per dag, 7 dagen per week bereikbaar op telefoonnummer (0181) 65 88 88. De medewerkers verbinden u door met de dienstdoende arts-assistent, die u verder helpt.

Tot slot

Mocht u na het lezen van deze algemene informatie nog vragen hebben, stelt u die dan gerust aan uw behandelend arts of de verpleegkundige.