

NÆSEBLOD

Næseblod kan komme fra det ene eller begge næsebor. Det kommer oftest fra den forreste del af næsen. Ofte stopper det af sig selv, men hvis det ikke gør så forsøg følgende:

- Klem fast om den bløde nedre del af næsen med tommel- og pegefinger, så blødningen stopper.
- Hold fast i 5 minutter. Bløder det igen, når du slipper, skal der klemmes igen i 10 minutter.
- Tag gerne en isklump i munden (bruger du tandprotese, så ud med den!)
- Tag evt. lidt knust is el.lign. i en pose og læg på den ydre næse.
- Tag den med ro resten af dagen.
- Undgå at bukke dig forover resten af dagen.
- Undgå meget varm mad og drikke resten af dagen
- Hvis du skal nyse, så luk munden op.
- Klip neglene!

En næseblødning er en blødning fra blodkar i næsehulens slimhinde. Som regel vil ellers friske personer kun få næseblødning efter at have slået næsen, og blødningen vil da standse efter få minutter. Gentagne små blødninger kan også ske ved næsepilning, små slag eller tryk mod næsen.

HVOR HYPPIG ER NÆSEBLØDNING?

De allerfleste har haft næseblod én eller flere gange. Tilstanden forekommer hyppigst blandt børn under 10 år og blandt voksne over 50 år, men næseblødning optræder på alle alderstrin.

HVORNÅR SKAL JEG TIL ØRE-NÆE-HALSLÆGEN?

De fleste tilfælde af næseblødning kan man selv klare. Man bør søge læge hvis:

- Der har været flere tilfælde i løbet af et par uger.
- Hvis det er kraftige blødninger, der ikke kan klares som beskrevet.
- Næseblødning efter uheld eller slag, hvor blødningen er svær at stoppe.