

EGNE NOTER:

Kontroltid:

_____ dag den / 20

Kl.

NÆSEBLOD



© Can Stock Photo - csp10169037



**ESBJERG ØRE-NÆSE-
HALSKLINIK**
Havborgvej 8, 1. sal
6710 Esbjerg
Tlf.: 38 40 11 50



NÆSEBLØDNING

Hos **BØRN** er det som regel et lille blodkar på næseskillevæggens forreste del, som bløder, og det er let at trykke det blødende kar sammen med et par fingre uden på næsen.

Hvis **VOKSNE** får næseblod, er det tit et blodkar i næsens midterste eller bagerste del, som bløder, og så hjælper det ikke at klemme på næsen.

Hvis du har haft næseblod:

- Undgå fysisk anstrengelse
- Undgå at holde hovedet nedad
- Undgå alkohol, varm mad og drikke
- Når du sover, skal du ligge med hovedet højt
- Undgå at pudse eller pille næse, nys med åben mund

Er der blodskorper i næsen, anbefales det at skylle næsen med **saltvand**.

Du kan også pleje med **vaseline** i forreste del af næsen.

Hvis blødningen starter igen:

Det er **VIGTIGT**, at du:

- Placerer dig i en stol
- Evt. lægger en vattampon i begge næsebor.
- Trykker kraftigt i mindst 10 minutter på begge sider af næsen ved overgangen mellem det bløde og det hårde stykke
- Tag evt. en isklump i munden
- Hvis du får blod i munden, skal du undgå at synke det men spytte det ud
- Hvis ovennævnte ikke standser blødningen i løbet af ½ time, kontakt da klinikken eller skadestuen.

Fremstilling af saltvand til opsnusning:

- 1 L lunkent vand (37grader)
- 1 Tsk køkkensalt

Opløsningen opsnuses herefter gennem næsen fra hånden eller en ske.

Dette gøres dagligt eller efter behov – på den måde kan næsen holdes ren for slim og skorper. Smør evt. lidt vaseline rundt i foreste del af næsen, efter du har skyllet.



© Can Stock Photo

Ved gentagne blødninger, kontaktes klinikken på tlf.: 38 40 11 50

Udenfor klinikens åbningstid kontaktes lægevagten i Region Syddanmark på tlf.: 70 11 07 07

