ST ANTONIUS
een santeon ziekenhuis

Neusbloedingen (adviezen)

De neus is van binnen bekleed met slijmvlies, waarin zich veel bloedvaatjes bevinden. Dit slijmvlies zwelt en krimpt om de 3 uur, zodat meestal maar 1 neusgat goed doorgankelijk is. Dit is een normaal verschijnsel. Door dit regelmatige zwellen kunnen kleine, broze bloedvaatjes kapot gaan met als gevolg dat een neusbloeding ontstaat..

Hieronder vindt u meer informatie over mogelijke oorzaken van een neusbloeding en hoe u ermee om kunt gaan.

Mogelijke oorzaken neusbloeding

Er zijn verschillende mogelijke oorzaken voor het ontstaan van een neusbloeding:

- Broze bloedvaten: door aderverkalking, een infectie (griep/verkoudheid) of een zwangerschap of menstruatie.
- Hoge bloeddruk.
- Neuspeuteren.
- Afwijkingen aan het neustussenschot, waardoor het slijmvlies zeer dun is en de bloedvaatjes aan de oppervlakte liggen.
- Neuspoliepen.
- Bloedverdunnende geneesmiddelen.
- Geneesmiddelen, die de bloedstolling beïnvloeden.
- Te weinig bloedplaatjes of stollingsfactoren in het bloed, door bloedziekten of leveraandoeningen (bijvoorbeeld door het gebruik van teveel alcohol).

Wat doen bij een neusbloeding?

Hieronder vindt u enkele adviezen over hoe te handelen bij een neusbloeding.

- Probeer de rust te bewaren om te vermijden dat de bloeddruk te hoog oploopt.
- Snuit de neus goed leeg of haal de neus op en spuug de stolsels uit.
- Knijp de neus stevig dicht. Houd dit een paar minuten vol. Veel bloedingen, vooral bij kinderen, ontstaan voor in de neus, zodat stevig dichtknijpen kan helpen.
- Leun niet achterover (het bloed loopt in de keel), leun niet voorover (de bloeddruk stijgt), maar blijf rustig rechtop zitten.
- Stop nooit meerdere kleine watjes in de neus. 1 grote wat is toegestaan, maar tamponeren kan beter overgelaten worden aan een arts.
- Zuig op ijsblokjes of leg een ijszak (zakje diepvriesgroenten) op het hoofd, de neus of in de nek. Door afkoeling knijpen de bloedvaatjes zich dicht.
- Gebruik neusdruppels Otrivin® (Xylomethazoline). Zij zijn een zeer goed middel tegen neusbloedingen, aangezien de bloedvaten zich hierdoor zeer sterk samenknijpen. Druppel om de 6 uur 4 à 5 druppels in beide neusgaten, gedurende 3 dagen.

Als er duidelijke afwijkingen in de neus zijn, dan kan de huisarts deze behandelen of de KNO-arts kan ze onder plaatselijke verdoving dichtbranden.

Leefregels na een neusbloeding

Na een neusbloeding is het verstandig om 3 dagen onderstaande leefregels op te volgen.

- Houd zoveel mogelijk rust.
- Houd het hoofd koel: neem geen warme dranken of spijzen, geen warm bad en was niet de haren.
- Neem geen prikkelende dranken of spijzen (sambal, peper, zout, koolzuur).
- Neem geen alcohol of tabak.
- Slaap met meerdere kussens, zodat het hoofd iets hoger ligt.
- Pers niet bij het naar de wc gaan.
- Buk niet voorover.
- Neem eventuele geneesmiddelen altijd in overleg met uw arts.
- Stop niet zomaar met geneesmiddelen, maar overleg hierover altijd met uw arts.

Expertise en ervaring

Ons team bestaat uit allround KNO-artsen. Elke specialist heeft ruime (academische) ervaring en één of meerdere aandachtsgebieden. Hierdoor kunnen we op alle gebieden goede zorg aanbieden.

Onze polikliniek behandelt ongeveer 17.000 nieuwe patiënten per jaar. Hiermee zijn we één van de grootste KNO-afdelingen in Nederland.

Wij bieden onze patiënten graag de beste en meest moderne behandelmethoden, waarbij kwaliteit en veiligheid voorop staan. Nieuwe technieken en ontwikkelingen worden snel geïntegreerd.

Gerelateerde informatie

Behandelingen & onderzoeken

- Saunder's plastiek en argonplasma (https://www.antoniusziekenhuis.nl/saunders-plastiek-en-argonplasma)

Specialismen

- KNO (https://www.antoniusziekenhuis.nl/kno)

Contact KNO **T 088 320 21 00**