

خونریزی از بینی

خونریزی بینی یکی از مشکلاتی است که به خصوص برای کودکان بیشتر از بزرگسالان اتفاق می افتد، خونریزی بینی معمولاً نگران کننده نیست اما اگر شدت پیدا کند و یا مداوم باشد باید به پزشک مراجعه شود.

خونریزی بینی ناراحت کننده و ترسناک است، اما اغلب اوقات، آنها معمولاً خطرناک نیستند. کودکان بیشتر از بزرگسالان مبتلا می شوند، نوعاً از آسیب غشا بینی با کندن مخاط بینی و یا از دیگر آسیب های خارجی (مانند خوردن توپ فوتبال به صورت) ایجاد می شود. وقتی بزرگسالان دچار خونریزی بینی می شوند، این می تواند نشانه مشکل جدی تر پزشکی باشد.

نحوه جلوگیری از خونریزی بینی و قطع آن

به جلو خم شوید، نه به پشت: به جلو خم شوید. نه به عقب. خون باید به جایی برود و اگر بیمار خم شود یا دراز بکشد، خون به گلو راه پیدا می کند. خون می تواند به نای وارد شود که موجب انسداد راه هوایی شده و یا وارد معده شود. ممکن است خون به شکم آسیب بزند و باعث شود که بیمار ناگهان استفراغ کند.



بینی را نیشگون بگیرید (به طور صحیح):

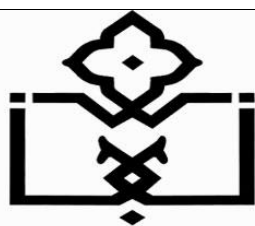
اغلب افراد به صورت غریزی بینیشان را فشار می دهند، اما راه درستی برای این کار وجود دارد. بینی بیمار را درست از زیر پل استخوانی اش بگیرید. فقط سوراخ های بینی را فشار ندهید. انگشتان شما باید بر روی استخوان و نیز بافت

نرم قرار گیرند. اگر هنوز خونریزی وجود دارد، فشار خود را تنظیم کنید زمانی که بینی را نگه می دارید نباید خونریزی دیده شود. وقتی این کار را درست انجام می دهید، بیمار باید قادر به تنفس از طریق بینی باشد در که جلوی فشار

خون را بگیرید اجازه ندهید خونریزی تا

10 دقیقه ادامه داشته باشد. اگر خونریزی بعد از 10 دقیقه متوقف نشد، در صورت لزوم چند دقیقه دیگر مجدد تکرار کنید گذاشتن یخ یا یک پک سرد شیمیایی روی پل بینی می تواند رگ های خونی را منقبض و از خونریزی جلوگیری کند. یخ به خودی خود خونریزی بینی را تثبیت نمی کند. علاوه بر فشار، از یخ استفاده کنید. بعد از اینکه خونریزی کنترل شد، با دمیدن در بینی، لخته آزاد می شود و خونریزی دوباره شروع می شود چه زمانی باید به پزشک مراجعه کرد؟

اگر خونریزی بینی پس از مرحله دوم یا سوم متوقف نشود، وقت آن است که به پزشک مراجعه کنید. اگر خونریزی بینی سریع باشد و فرد خون



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات
بهداشتی درمانی استان زنجان

مرکز آموزشی درمانی الغدير ابهر

واحد آموزش بیمار

خونریزی از بینی



شماره تلفن بیمارستان الغدير جهت پاسخگویی به
سوالات بیماران 02435368200 بخش

استفاده از بخور: مرطوب کننده اثرات هوای خشک



روش صحیح

روش غلط

را خنثی خواهد کرد. از بخور در خانه برای
مرطوب نگه داشتن هوا استفاده کنید. از تمیز
کردن بینی با اجسام و دستمال خشک پرهیز
کنید. مصرف **آسپرین** را محدود کنید، که می
تواند خون شما را رقیق کند و به خونریزی بینی
کمک کند.

منبع: درسنامه جامع پرستاری

تهیه کننده: فرانک نصیری کارشناس پرستاری

با تایید دکتر زهرا نظریان پزشک عمومی بخش اورژانس

تدوین: واحد آموزش به بیمار

زیادی (بیش از یک فنجان) از دست بدهد و یا
اگر خون از پشت گلویش پایین برود، باید به
پزشک مراجعه کند. اگر در هر زمانی بیمار دچار
سرگیجه، سبک سری و یا ضعف شود، به پزشک
مراجعه کنید. اگر خونریزی بینی کنترل نشود،
می تواند منجر به شوک شود. بیشتر آن ها جدی
نیستند و با گام های خود مراقبتی متوقف می
شوند

چندین راه برای جلوگیری از خونریزی بینی
وجود دارد؛

فضای داخل بینی را مرطوب نگه دارید. به
خصوص در ماه های سرد زمانی که هوا خشک
می شود، پوشش نازکی از **ژله** و پماد آنتی
بیوتیک (وازلین) یا پماد **آنتی بیوتیک**
(باسیتراسین، نئوسپورین) با پنبه و سه بار در
روز بزنید. **آب نمک** نیز به مرطوب کردن
غشا مجاری بینی کمک می کند. ناخن های
کودکتان را کوتاه نگه دارید تا اگر دست به بینی
خود زدند منجر به خونریزی بینی نشود.