



## Spoedeisende hulp

# Bloedneus

### **Wat is het?**

Iedereen weet wat een bloedneus is: opeens loopt er bloed uit de neus. Het kan uit één neusgat komen, maar ook uit allebei. Bij een bloedneus proeft u vaak de smaak van bloed omdat neus en mond via de neus- en keelholte met elkaar in verbinding staan.

### **Waardoor komt het?**

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 stuk gaat, kan dat een bloedneus geven. Een tik op de neus of peuteren in de neus kan een bloedvaatje beschadigen. Kleine kinderen stoppen wel eens iets in hun neus wat een wondje veroorzaakt, bijvoorbeeld een steentje. Sommige mensen krijgen een bloedneus, zonder dat er een aanleiding voor lijkt te zijn. Het slijmvlies wordt extra kwetsbaar als de lucht erg droog is of als u verkouden bent. Oudere mensen hebben wat zwakkere bloedvaatjes door slijtage.

Bloedverdunnende medicijnen kunnen een rol spelen; ze maken dat het bloed minder snel stolt. Een kapot bloedvaatje bloedt dan langer door dan normaal.

### **Kan het kwaad?**

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

### **De behandeling op de Spoedeisende Hulp**

Nadat de behandelaar heeft onderzocht waar de bloeding vandaan komt, wordt de bloeding op de volgende manieren gestopt:

- a. Door het dicht knijpen van de neus gedurende 10 minuten
- b. Door het geven van een vaatvernauwend medicijn en vervolgens dicht knijpen van de neus gedurende 10 minuten
- c. Door het inbrengen van een neustampon.

De tampon wordt pas geplaatst als de andere acties niet helpen. Na 2 dagen zal de tampon worden verwijderd op de Polikliniek KNO.

Gedurende de behandeling zal tevens uw bloeddruk gemeten worden. Indien deze verhoogd is volgen er adviezen en zo nodig medicijnen.

### **Instructies voor thuis**

Indien uw neus weer gaat bloeden gaat u rustig zitten en flink uw neus snuiten. Daarna knijpt u uw neus minstens tien minuten lang dicht, vlak onder het neusbeen, waar het zachte deel van de neus begint. Hierbij kunt u uw hoofd het beste licht voorover buigen. U ademt rustig door uw mond. Zo gaan bijna alle bloedneuzen over. Indien u een slijmvlies en bloedvat vernauwend medicijn heeft voorgeschreven gekregen kunt u dat eerst gebruiken waarna u gaat afdrukken.

Indien de bloeding niet over gaat komt u terug naar de SEH.



### **Overige adviezen ter voorkoming van een bloedneus**

1. Zorg voor maximale rust en ontspanning  
Bij inspanning en opwinding stijgt de bloeddruk. Hierdoor is er kans op weer een bloedneus.
2. Voorkom warmte en temperatuurstijging van de neus.  
Warmte verwijdt de neusbloedvaten en maakt de kans op een bloedneus groter. Daarom:
  - Géén warm eten of warme dranken (koffie/thee)
  - Géén sterk gekruide eten
  - Géén hete baden of douchen
  - Niet roken
3. Vermijd zoveel mogelijk:
  - Hard persen (bijvoorbeeld op het toilet)
  - Voorover buigen
4. Gebruik geen alcohol
5. Gebruik geen aspirine/apc.  
Aspirine voorkomt een normale bloedstolling en verergert het bloeden.
6. Het is verstandig om:
  - Gemakkelijke gerechten te nuttigen, bijvoorbeeld vloeibaar eten zoals vla en yoghurt.
  - Een plastic zak met (fijngestampte) ijsklontjes op de neus te plaatsen indien er nog een enkele bloed druppel doorlekt.
  - Bij het slapen een extra hoofdkussen te gebruiken.

### **Geheimhouding en recht op privacy**

Alle medewerkers van ons ziekenhuis hebben een geheimhoudingsplicht. Verder heeft u als patiënt recht op privacy. Uitgebreide informatie hierover kunt u vinden in de folder 'De rechten en plichten van de patiënt'. Deze is verkrijgbaar op de afdeling en bij de patiënteninformatie in de centrale hal. Daarnaast is deze folder te vinden op: [www.skbwinterswijk.nl](http://www.skbwinterswijk.nl)

### **Tot slot**

Hebt u nog vragen, stelt u die dan gerust. U kunt ook altijd even bellen. Telefoon 0543 54 45 55.

*Bron: NHG patiëntenbrief*