

Patientvejledning om næseblødning

Når det bløder: Ved blødning fra næsen skal du sidde op, holde dig i ro, lægge hovedet lidt forover, klemme om den bløde del af næsen eller trykke på den side, der bløder i 15-20 min UDEN at slippe. Spis gerne is, tag fx. en isklump i munden og tryk den mod ganen. Du kan også lægge en pose med is over næseryggen, samtidig med du fortsat klemmer om næsen. Gentag dette nogle gange. Hvis det fortsat bløder, så søg skadestue.



Når blødning er stoppet: spis afkølet mad og undgå alkohol. Vent nogle få dage, hvis du bruger næsespray.

Hvis der er tendens til næseblod: En hyppig årsag til næseblod er tørre slimhinder, skorper i næsen, forkølelse, blodfortyndende medicin eller hvis man piller sig i næsen. Oftest vil det hjælpe at starte på saltvandsskylning x 2 dagligt (se vejledning på hjemmeside om dette) i nogle uger. Dette opløser skorper og forhindrer ny blødning. Du kan supplere med at komme vaseline eller fed fugtighedscreme i næseboret x 2 dagligt. Du kan også købe næseoliespray på apoteket.

Hvis der kommer der næseblødning hyppigt over længere tid (uger til måneder): Hvis ørelægen kan se, hvor det har blødt fra i næsen, kan blødningen evt. stoppes ved brænding eller ætsning.