

Nenäverenvuoto

Tämä ohje on tarkoitettu tulostettavaksi. Ohje sisältää täytettäviä kohtia.

Nenäverenvuodon syistä

Nenäverenvuotoa esiintyy kaikenikäisillä. Vuoto voi johtua esimerkiksi limakalvojen kuivuudesta, iskusta nenään, verenvuodolle altistavasta sairaudesta, infektiotaudeista, kasvaimesta tai nenään tehdystä toimenpiteestä. Vaikka nenäverenvuoto vaikuttaa aluksi hälyttävältä, se on useimmiten lievää ja rauhoittuu kotihoidolla.

Ensiapu

- Ole rauhallinen.
- Istu etukumarassa, koska silloin veri ei pääse valumaan nieluun. Veren nieleminen aiheuttaa pahoinvointia.
- Niistä verihyytymät pois nenästä.
- Paina sieraimet yhteen lujasti väliseinää vasten 15–20 minuuttia yhtäjaksoisesti. Älä kurkistele nenäliinaan äläkä irrota otetta välillä. Tämä toimenpide lopettaa yleensä vuodon.
- Laske jääpussi nenän ja / tai niskan päälle, sillä kylmä supistaa verisuonia. Raitis huoneilma parantaa oloa.
- Jos vuoto jatkuu yllä mainituista toimenpiteistä huolimatta tai on erittäin runsasta, on syytä lähteä lääkäriin.

Nenäverenvuodon jälkeen

Jotta vuoto ei alkaisi uudelleen, vältä muutaman päivän ajan

- nenän kaivamista ja niistämistä
- kuumia ruokia ja juomia
- saunaan tai lämpimään kylpyyn menemistä
- raskaita ruumiillisia ponnistuksia
- tupakan ja alkoholin käyttöä

Nenän limakalvojen hoitoon on suositeltavaa käyttää öljymäisiä tippoja tai suihkeita. Näitä tippoja ja suihkeita saa ostaa apteekista ilman reseptiä.

Sairaalassa/terveyskeskuksessa tehdyt toimenpiteet

() Nenään on asetettu verenvuotoa tyrehdyttävää Spongostania. Valmiste liukenee itsestään eikä sitä tarvitse poistaa.

() Vuotavan suonen pää on kemiallisesti poltettu.

() Nenään on laitettu vaseliinitamponaatio.

Tämä tamponaatio poistetaan _____ (aika ja paikka)