



U ontvangt deze informatie, omdat u last heeft van neusbloedingen (bloedneus). Een bloedneus is bijna altijd onschuldig en heeft niets te maken met bijvoorbeeld een hersenbloeding. In deze informatie kunt u lezen wat een neusbloeding is en hoe u deze kunt (laten) behandelen.

Wat is een bloedneus?

Een bloedneus (of neusbloeding) is meestal een bloeding uit een klein bloedvatje in het neusslijmvlies. De meeste neusbloedingen ontstaan spontaan, zonder duidelijke oorzaak. Een verhoogde bloeddruk of het gebruik van bloedverdunders (bijvoorbeeld aspirine) kan soms een oorzaak zijn.

Adviezen bij een bloedneus

Meestal is een neusbloeding niet erg en gaat het vanzelf over. Heeft u een bloedneus? Blijft u dan rustig en vermijdt inspanning of opwinding. Dit doet de bloeddruk stijgen. U kunt zelf de volgende reeks handelingen doen:

- Ga rechtop zitten met u hoofd licht naar voren gebogen en adem rustig door uw mond.
- Snuit uw neus een keer goed uit.
- Knijp daarna uw neus stevig dicht gedurende tien minuten.
- Doe dit door duim en wijsvinger aan weerszijden van uw neus te plaatsen, vlak onder de plaats waar het bovenste harde stuk overgaat in het zachte gedeelte van uw neus.

Enkele andere tips die de bloeding zou kunnen stoppen zijn: op een ijsklontje zuigen of koude kompressen of een washandje op neus, voorhoofd of nek leggen.

Herhaal deze handelingen een tweede keer als het onvoldoende effect heeft.

Vaak helpt het om na het snuiten en dichtdrukken van de neus een gedraaid propje watten in uw neus te doen. Hierna kunt u eventueel xylometazoline (Otrivin) druppelen. Dit veroorzaakt een bloedstolseltje en bloedvatvernauwing, waardoor de bloeding stopt.

Na de neusbloeding

De volgende adviezen gelden de eerste twee tot drie dagen na een spontane, forse neusbloeding, en na een behandeling van een bloedneus:

- Snuit uw neus niet nadat de bloedneus is gestopt.
- Peuter niet in uw neus.
- Verhoog zo nodig de luchtvochtigheid in uw huis om korstvorming in uw neus te voorkomen.
- Vermijd drukverhoging in uw hoofd (persen tijdens het toiletbezoek, tillen, bukken etc.).
- Eet geen voedsel dat te warm en/of te gekruid is.
- Drink geen warme of koolzuurhoudende dranken.
- Neem geen hete baden, sauna's of douches.
- Rook niet, dit maakt uw neus warmer van binnen en irriteert het neusslijmvlies.
- Drink geen alcohol. Door het gebruik van alcohol worden de bloedvatjes wijder, waardoor sneller een bloeding kan ontstaan.
- Vermijd plat liggen, maar legt uw hoofd wat hoger met een paar kussens.
- Ga niet zonnebaden.



Bij steeds terugkerende neusbloedingen gedurende een periode van meer dan twee dagen, moet u contact opnemen met uw huisarts of de KNO-arts.

Behandeling door de KNO-arts

Bij een bestaande bloedneus kan uw huisarts u doorverwijzen naar de KNO-arts voor een behandeling. Eerst zal de KNO-arts dan de neus onderzoeken. Hij maakt uw neus goed schoon. Daarna verdooft de arts, indien nodig, het slijmvlies. Dit gebeurt meestal met watjes die gedrenkt zijn in een verdovende vloeistof. Soms loopt de verdovingsvloeistof via uw neus in uw keel. Daardoor is ook uw keel enigszins verdoofd. U kunt dan wel normaal slikken en ademen, maar uw keel voelt dik aan. Vaak zijn ook de boventanden en het gehemelte een tijdje gevoelloos.

Om goed in uw neus te kunnen kijken, moet opgezwollen slijmvlies 'afgeslonken' worden. Dit betekent dat de KNO-arts medicijnen aanbrengt, waardoor de neus meer open komt te staan. Daarna bekijkt hij uw neus, eventueel met gebruik van een dun kijkbuisje, en kan hij u behandelen.

Er zijn diverse behandelingen mogelijk

Dichttetsen

Met behulp van een vloeistof (bijvoorbeeld zilvernitraat) kan de arts oppervlakkig gelegen bloedvaatjes behandelen door ze te vernauwen. Deze behandeling kan alleen plaatsvinden op het moment dat de neus niet bloedt.

Dichtbranden

Met een dun instrument kan de arts een enkel bloedend bloedvaatje dichtbranden (coaguleren). Mogelijk ervaart u na enige uren een branderig of prikkelend gevoel in uw neus; hiertegen kunt u paracetamol innemen.

Plaatsen neustampon

Soms is het nodig om de bloeding te stoppen door het inbrengen van een neustampon. Er zijn verschillende types. Een neustampon kan een lang dun gaasje zijn, een langwerpig plaatje dat opzwellt in de neus of een neusballon die opgeblazen kan worden. De arts plaatst een neustampon wanneer de plaats van de bloeding niet exact is vast te stellen en/of als dichtbranden niet mogelijk is. Dit heet het 'tamponneren van de neus'. Het inbrengen van een neustampon is vervelend en kan gevoelig zijn. Een neustampon moet meestal door een (KNO-)arts uit de neus worden verwijderd na 24 tot 72 uur. Soms plaatst de arts een klein, dun gaasje tegen het bloedvaatje in de neus dat vanzelf oplost.

Hevige neusbloeding

Bij hevige bloeding, vooral achterin de neus, besluit de arts soms tot opname in ons ziekenhuis.

Nazorg

Als wij de bloeding hebben behandeld en eventuele neustampons verwijderd, is het verstandig dat u nog enkele adviezen opvolgt. Om korstvorming (met of zonder behandeling) voorzichtig tegen te gaan en de genezing van de neus te bevorderen, krijgt u vaak neuszalf voorgeschreven.



Breng de zalf twee tot acht keer per dag voorzichtig aan, met een wattenstokje of uw pink, vóór in de neus op het neustussenschot. Soms adviseert uw KNO-arts uw neus te spoelen met een zoutoplossing. Deze is te koop bij de apotheek of drogist. U kunt een zoutoplossing ook zelf maken. Dit kunt u doen door een afgestreken theelepeltje keukenzout op te lossen in een beker (2 deciliter) met lauw water dat heeft gekookt. De zoutoplossing moet u door uw neus opsnuiven vanaf uw hand of vanaf een lepel boven de wasbak. U kunt het water eventueel uitspugen.

Aanpassen medicijnen

Bloedverdünnende medicijnen (pijnstillers met aspirine, zoals Aspro, Sinaspril, Ascal, APC) laten het bloed minder snel stollen. Staak zo mogelijk, in overleg met de arts die ze heeft voorgeschreven, het gebruik van deze medicijnen. Moet u op advies van een dokter Ascal, Sintrom, Sintromitis, Marcoumar, Plavix of Persantin als bloedverdunner gebruiken? Dan is uw bloedverdünnung mogelijk ontregeld ('doorgeschoten'). Laat dit dan controleren door uw huisarts of specialist (cardioloog, neuroloog etcetera) die deze medicijnen voorschrijft of bij onze trombosedienst. Gebruikt u medicijnen die u in uw neus moet nevelen? Overleg dan met de arts die deze heeft voorgeschreven of u er (tijdelijk) mee kunt stoppen.

Contact

Als u naar aanleiding van deze folder nog vragen heeft, kunt u deze bespreken met uw kno-arts. Meer informatie over ons ziekenhuis vindt u op de website www.reinierdegraaf.nl.

Tijdens kantooruren kunt u bellen met Reinier de Graaf Delft 015 - 260 42 42. Buiten kantooruren kunt u bellen met de Spoedeisende Hulp via ons algemene telefoonnummer 015 - 260 30 60