



Næseblod (Epistaxis)

Næseblødning

Næseblod kan se temmelig voldsomt ud. Hvis det sker, gælder det om at bevare roen. De fleste næseblødninger kan behandles uden hjælp fra en læge.

Hvad er årsagen?

Næseblod kommer fra et sprængt blodkar i næsehulens slimhinde. Det blødende kar kan sidde overalt i næsehulen, men sidder oftest fortil på næseskillevæggen. **Man får næseblod:**

- Hvis man **kradser eller klør** sig i næsen
- Hvis man **slår næsen** eller på anden måde får beskadiget næseslimhinden.
- Hvis man er **forkølet** eller har **influenza**.
- Hvis man har **tørre slimhinder** i næsen på grund af tørt ude- eller indeklima.
- Hvis man har **forhøjet blodtryk**
- Hvis man tager visse typer smertestillende **medicin**, for eksempel acetylsalicylsyre, eller man tager blodfortyndende medicin, for eksempel hjertemagnyl.
- Hvis man bliver udsat for **kemikalier**, der kan irritere slimhinden.
- Hvis man har **arvelig tilbøjelighed**.

Sjældnere årsager til næseblod:

- **Blodsygdomme** som leukæmi eller blødersygdom.
- **Svulster** i næse- og bihulerne.
- **Mb. Osler**.

Oftest finder man ikke med sikkerhed nogen årsag til næseblødning.

Hvad kan man selv gøre for at undgå næseblod?

- Undgå at beskadige næsen og undgå overdreven næsepilleri.
- Få lægebehandling af den tilgrundliggende sygdom.
- Undgå acetylsalicylsyre, hvis man hyppigt har næseblod.



Hvad kan man selv gøre når man har fået næseblod?

- Sæt dig eller dit barn op, læn dig lidt forover så blodet ikke løber ned i halsen.
- Klem fast om den bløde nedre del af næsen med tommel- og pegefinger mens man trækker vejret igennem munden så blødningen stopper. Hold fast i 5 minutter. Bløder det igen når du slipper, skal der klemmes igen i 10 minutter.
- Sut på en isterning (bruger du tandprotese skal den fjernes) og eventuelt anbring en pose med knust is på næsen.
- Undgå varme drikke og spiser samt alkohol og rygning.
- Undgå at buk dig forover resten af dagen (gå ned i knæ i stedet for)
- Hvis du skal nyse, så luk munden op.
- Undgå at pudse næse; er man generet af skorper kan der skylles med saltvand
- Lad være med at synke blodet. Det kan give kvalme og opkastninger, og det skjuler hvor stort blodtabet er.
- Stopper blødningen ikke må man søge øre-næse-halslæge i dagtimerne og uden for dagtimerne vagtlæge eller skadestue.

Hvad kan øre-næse-halslægen gøre?

- Øre-næse-halslægen vil i første omgang anbringe vat eller gaze fugtet med en væske, der bedøver og virker sammentrækkende på blodkarrene i næsen.
- Derefter kan man ofte lokalisere det sprængte blodkar, evt. med en tynd kikkert.
- Hvis man finder blødningskilden kan man **ætte eller brænde** det. Det kan gøres i lokalbedøvelse, tit selv hos skolebørn. Småbørn må dog i en kortvarig fuld bedøvelse.
- Man kan også anvende et selvopløsende materiale, som danner en geleagtig hinde over blodkarret (**Spongostan**).

Næsehulerne har dog mange kringelkroge og hulrum, så det er ikke altid, man kan finde det blødende kar. I de tilfælde kan man

- stoppe næsehulen ud med en lang gazestrimmel, som er fedtet ind i salve. Det kalder man en **meche**.
- En anden mulighed er at placere en **flad stav** af et svampelignende materiale i næsehulen. Man væder den efterfølgende med vand, hvilket får den til at svulme op og presse på det blødende kar. Det kalder man en **tamponade**. Man fjerner typisk mechen eller tamponaden efter et par dage.
- Ved kraftigere næseblødning kan man i stedet benytte forskellige typer **næseballoner**, der bliver anbragt i næsen og fyldt med så meget luft eller vand der skal til for at stoppe blødningen. Ballonbehandlingen foregår i svære tilfælde under indlæggelse, og man må regne med at være indlagt i flere dage.
- I meget sjældne tilfælde kan man ty til **operation** for at lukke af for den pulsåre der går ud til det blødende område i næsen.