



Neusbloeding

Informatie over het ontstaan van en de leefregels na een neusbloeding

Welkom

Welkom in het academisch ziekenhuis Maastricht (azM). U bent zojuist behandeld in het academisch ziekenhuis Maastricht (azM) voor een neusbloeding. In deze folder informeren wij u over het ontstaan van een neusbloeding, en over de leefregels als u weer thuis bent.

Wat is een neusbloeding?

Een neusbloeding is meestal een bloeding van een klein bloedvatje in het neusslijmvlies. Een neusbloeding is bijna altijd onschuldig en heeft nooit iets te maken met een hersenbloeding.

Bij kinderen en jong volwassenen bloedt er meestal een vaatje vóór op het neustussenschot. Bij ouderen bloedt er ook wel eens een bloedvatje achter/boven in de neus, zodat er vooral bloed achter in de keel loopt (en bijna niets uit de neus).

Hoe ontstaat een neusbloeding?

Een neusbloeding kan ontstaan door uw neus te hard te snuiten, bij het krijgen van een klap op uw neus, bij verblijf op grote hoogte of grote diepte, bij het verrichten van zware lichamelijke inspanning en bij neuspeuteren.

Bij ouderen kan een neusbloeding veroorzaakt worden door een te hoge bloeddruk, een tekort aan vitamine C en/of kalkgebrek. Ook kan het gebruik van bloedverdünnende (stollingsremmende) medicijnen een neusbloeding veroorzaken. Voorbeelden van deze medicijnen zijn aspirine, persantin, plavix, marcoumar en sintrom, coumarine.

Leefregels

neusbloeding te voorkomen.

Het maakt niet uit welke behandeling bij u is gedaan, als hoofdregel geldt: vermijdt alles waar u een “rood hoofd” van krijgt.

Het is belangrijk dat u voldoende rust neemt. Uw bloeddruk stijgt door inspanning en dit verhoogt de kans op een nieuwe neusbloeding.

Dus, niet zwaar tillen, niet sporten en niet persen op het toilet. Bij een ernstige neusbloeding kan het zijn dat de KNO (Keel, Neus, en Oor) arts u adviseert tijdelijk bedrust te nemen. Vermijdt de warmte. Door temperatuurwisselingen kunnen de bloedvaten van uw neus uitzetten en dit vergroot de kans op een nieuwe bloeding.

Enkele aandachtspunten zijn:

- De eerste 24 uur geen warme dranken, zoals koffie en thee, drinken.
- Liever geen heet en/of te gekruid voedsel eten.
- De eerste drie dagen niet heet baden/douchen. (een lauwe douche kan geen kwaad)
- Geen alcohol drinken, niet roken.
- Niet neuspeuteren. (kinderen eventueel 's nachts handschoenen aandoen)
- Niezen met open mond.

Als u uw neus wilt snuiten, doet u dat dan heel voorzichtig met open mond en per neusgat. Maar, de neus ophalen, hoe vies ook, is beter.

Medicijnen

U mag geen bloedverdünnende medicijnen gebruiken zoals aspirine, persantin, plavix, marcoumar of sintrom. De KNO-arts heeft u waarschijnlijk al medegedeeld of u tijdelijk met deze medicijnen moet stoppen. Geeft dit zelf door aan de trombosedienst als u daar gecontroleerd wordt.

23534-0412 Het is belangrijk dat u na de behandeling van de neusbloeding een aantal regels in acht neemt. Deze leefregels zijn er om te zorgen dat de genezing zo spoedig mogelijk verloopt en de kans op een nieuwe

Bij problemen

Het kan zijn dat u opnieuw een bloedneus krijgt. U kunt dan het volgende doen om het bloeden te stoppen:

- Voorzichtig de stolsels uitsnuiten.
- De neus vlak onder het harde gedeelte tien minuten dichtknijpen met voorover gebogen hoofd.
- Een ijsklontje in de mond houden.
- Een koude doek in de nek leggen.

Als er tampons in de neus zitten kan er altijd nog wat rozerood vocht door de tampons uit de neus komen. Dit is normaal. Het is nog een restje bloed dat samen met gewoon slijm door de tampons lekt. Als er weer veel vers rood bloed uit de neus of de mond komt, neemt u dan contact op met:

Polikliniek KNO:

043-387 54 00 (tijdens kantooruren)

Spoed Eisende Hulp (SEH):

043-387 67 00 (in het weekend en buiten kantooruren)

Contact

Als u na het lezen van deze folder nog vragen hebt, kunt u deze stellen aan uw behandelend arts of u neemt contact op met de Polikliniek KNO.

Bereikbaarheid

Bezoekadres:

P. Debyelaan 25, wijk 29, Maastricht

Postadres:

Postbus 5800

6202 AZ Maastricht

T: 043-387 65 43

I: www.azm.nl

E: Info.Patientenvoorlichting@mumc.nl

Uitgave: april 2012

Maastricht UMC+



academisch ziekenhuis
Maastricht



Maastricht University

azM en UM werken samen onder de naam Maastricht UMC+