Alrijne ziekenhuis

Keel-, Neus- en Oorheelkunde

Neusbloeding

Bloedneus

Contactgegevens Alrijne Ziekenhuis

Alrijne Ziekenhuis Leiden
Houtlaan 55
2334 CK Leiden
071 517 8178

Alrijne Ziekenhuis Leiderdorp
Simon Smitweg 1
2353 GA Leiderdorp
071 582 8282

Alrijne Ziekenhuis Alphen aan den Rijn
Meteoorlaan 4
2401 WC Alphen aan den Rijn
0172 467 467

www.alrijne.nl

U bent zojuist op de afdeling Spoedeisende Hulp (SEH) of polikliniek Keel-, Neus- en Oorheelkunde (KNO) behandeld voor een bloedneus. In deze folder vindt u extra informatie en adviezen.

Waar in de neus ontstaat een neusbloeding

Bij kinderen en jonge volwassenen bloedt er meestal een bloedvaatje vóórin de neus, op het neustussenschot. Er komt dan bloed uit de neus.
Bij ouderen bloedt er ook weleens een bloedvaatje achterin of bovenin de neus. Dan komt er vooral bloed achterin de keel en bijna niets uit de neus.

Oorzaken

De oorzaak van een neusbloeding is bijna nooit ernstig.

- Het slijmvlies dat aan de binnenkant van de neus zit, is dun en gaat snel kapot. Door het slijmvlies lopen veel bloedvaatjes. Als een bloedvaatje kapot gaat, kan er een bloedneus ontstaan.
- Het slijmvlies van de neus kan sneller kapot gaan als de lucht erg droog is of als u verkouden bent.
- Een bloedneus kan ook ontstaan door een tik op de neus of peuteren in de neus. Dan kan een bloedvaatje kapot gaan.
- Kleine kinderen stoppen wel eens iets in hun neus. Zo kan een wondje ontstaan.
- Oudere mensen hebben dunner slijmvlies. Daardoor liggen de bloedvaatjes meer aan de oppervlakte en kunnen ze sneller kapot gaan.
- Bloedverdunnende medicijnen zorgen ervoor dat het bloed minder snel stolt. Dan duurt het langer voordat het bloeden stopt.

Adviezen na een bloedneus

Volg de volgende adviezen op tijdens de eerste 2-3 dagen na een bloedneus en na de behandeling van een bloedneus:

- snuit de neus niet nadat een bloedneus is gestopt. Als u de neus snuit, kan het bloedvaatje weer gaan bloeden.
- vermijd drukverhoging in het hoofd, dus niet persen (wc), tillen, snuiten, bukken, etc.;
- drink geen hete dranken en zorg ervoor dat uw eten niet heet en/of te gekruid is;
- neem geen te heet bad of te hete douche. Een lauwe douche kan wel. En ga niet naar de sauna;
- peuter niet in de neus. Doe kinderen eventueel 's nachts handschoenen aan;
- probeer uw huis wat vochtiger te maken (= hogere luchtvochtigheid). Zo voorkomt u dat er korsten in uw neus komen.
- rook niet. Door roken wordt de binnenkant van de neus warmer waardoor de bloedvaten uitzetten.
- drink geen alcohol.

Thuis een bloedneus

Meestal is een bloedneus niet erg en gaat deze vanzelf over. Er ontstaat een bloedstolsel, waardoor de bloeding stopt.
Wat u zelf kunt doen om de bloedneus te stoppen:

- Ga rustig rechtop zitten. Buig uw hoofd een beetje naar voren. Adem rustig door uw mond.
- Snuit uw neus een keer goed. Knijp daarna de neus goed dicht, vlak onder de plaats waar het bovenste harde stuk overgaat in het zachte gedeelte van de neus. Doe dit 10 minuten.

- Helpt dit niet genoeg, doe dit alles dan nog een keer.
- Vaak helpt het om een gedraaid propje watten voorin de neus te doen. Eventueel kunt u op het watje een beetje xylometazoline (Otrivin®) druppelen.
- Zorgt u ervoor dat uw bloeddruk niet hoger wordt. Door een hogere bloeddruk, duurt het langer voordat de bloeding stopt.
- Iets kouds in de mond nemen kan soms ook helpen, bijvoorbeeld een ijsblokje.



Wat moet u niet doen:

- Ga niet liggen. Als u gaat liggen, gaat het bloed uw keel in. Ook is de bloeddruk in uw hoofd het laagst als u zit.
- Raak niet in paniek, maar blijf rustig en kalm. En span u niet in. Zo blijft uw bloeddruk lager.

Behandelingen in het ziekenhuis

Er zijn verschillende soorten bloedneuzen en verschillende oorzaken. Daarom zijn er ook verschillende behandelingen.

- Behandeling van de eigenlijke oorzaak van de bloedneus, bijvoorbeeld (tijdelijk) stoppen met het gebruik van bloedverdunners, stoppen met neuspeuteren of het behandelen van een te hoge bloeddruk.
- Behandeling van het bloedende vaatje met behulp van een gaasje (neustampon). Of het dichtbranden van het bloedvaatje. Dit gebeurt op de polikliniek KNO of op de Spoedeisende Hulp (SEH).

Tot slot

Wat neemt u mee?

- uw (geldige) identiteitsbewijs (paspoort, ID-kaart, rijbewijs);
- uw medicatie-overzicht. Dat is een lijst met de medicijnen die u nu gebruikt. U haalt deze lijst bij uw apotheek.

Heeft u een andere zorgverzekering of een andere huisarts? Of bent u verhuisd? Geef dit dan door. Dat kan bij de registratiebalie in de hal van het ziekenhuis.
Zorgt u ervoor dat u op tijd bent voor uw afspraak? Kunt u onverwacht niet komen? Geeft u dit dan zo snel mogelijk aan ons door. Dan maken we een nieuwe afspraak met u.

Vragen

Heeft u nog vragen en/of opmerkingen naar aanleiding van deze folder, stelt u deze dan aan de baliemedewerker van de polikliniek.

De polikliniek KNO van Alrijne in Leiden heeft routenummer 17.
De polikliniek KNO van Alrijne in Leiderdorp heeft routenummer 19.
De polikliniek KNO van Alrijne in Alphen aan den Rijn heeft routenummer 44.

De polikliniek KNO van Alrijne (alle locaties) is van maandag tot en met vrijdag tussen 8.30 - 12.00 uur en van 13.30 - 15.30 uur telefonisch te bereiken via 071 582 8051.

De Spoedeisende Hulp (SEH) van Alrijne in Leiderdorp is bij een spoedeisende zorgvraag buiten kantoortijden telefonisch te bereiken via 071 582 8905.
Tijdens kantooruren staan de medewerkers van onze polikliniek u graag te woord.

Foldernummer 14.22, 10_23