



## NÆSEBLOD

### Hvad kan jeg selv gøre?

1. Sidde oprejst.
2. Tryk med tommel- og pegefinger på begge sider af næsen til blødningen stopper. Der går ofte et par minutter.
3. Tag isterninger i munden og hold isen op mod ganen.
4. Hvis der løber blod ned i munden, er det bedst at spytte det ud i stedet for at sluge det, da blod i maven kan give kvalme og opkast.

**Hvad skal jeg gøre, hvis det ikke hjælper?** Hvis blødningen ikke standser efter ca. et kvarter, kan det være nødvendigt at søge lægehjælp. I dagtiden øre-, næse- og halslæge eller evt. egen læge. Uden for normal arbejdstid kan du søge hjælp på skadestuen. Hvis du ofte har blødninger fra næsen, kan det være nødvendigt, at lægen behandler dig for at undgå fremtidige blødninger. Behandlingen sigter mod at lukke de små blodkar, som har været årsag til blødningen. De kan lukkes ved ætsning med lapis eller brænding evt. suppleres med fx gaze, tampon eller ballon. Hos børn foretages behandlingen evt. i fuld narkose.

**Hvad skal jeg gøre for at forhindre ny blødning?** Undgå fysisk anstrengelse et par dage. Undgå varme drikke og varm mad. Lad evt. maden svale af. Undgå alkohol. Undgå kodimagnyl og andre acetylsalicylsyre-lignende præparater. Hold evt. pause med blodfortyndende medicin efter aftale med egen læge. Evt. kontrol af blodtryk hos egen læge. Undgå at pille næse. Evt. sårkorper kan fjernes efter et par dage ved at skylle næsen med saltvand. (½ liter vand +1 tsk. salt). Hvis der er udskrevet recept på næsesalve, anvendes den som foreskrevet. Ellers kan næsen smøres med almindelig vaseline morgen og aften, indtil skorperne er væk.

**Hvad er behovet for kontrol?** Hvis der er lagt gaze, tampon eller ballon i næsen, fjernes dette efter aftale - oftest efter 2 døgn. Der suppleres eventuelt med ætsning eller brænding. Af og til kan der være behov for efterkontrol, hvor næsen og næsesvælget ofte undersøges med en blød kikkert, der føres ind gennem næsen.