

Materiały edukacyjne

ZALECENIA PIELĘGNIARSKIE DLA PACJENTÓW Z KRWAWIENIAMI Z NOSA	nr 14
---	--------------

Proszę pamiętać o:

- oszczędnym trybie życia, bez dużych wysiłków, nagłego schylania się itp.,
- odpowiednim nawilżaniu powietrza,
- kontroli ciśnienia tętniczego krwi i regularnym zażywaniu leków zleconych przez lekarza,
- osoby cierpiące na nadmierne wysychanie błony śluzowej nosa mogą skorzystać ze specjalnych preparatów nawilżających stosowanych miejscowo np. w formie aerozolu (w aptece bez recepty).

Gdy wystąpiło krwawienie z nosa:

- należy usiąść z głową lekko pochyloną do przodu (nie odchyłać głowy do tyłu ponieważ powoduje to spływanie krwi do tchawicy lub gardła, wywołując nudności, wymioty bądź niebezpieczne zachłyśnięcie, poza tym przy nisko ułożonej głowie krwawienie nasila się),
- oddychać ustami,
- do grzbietu nosa, czoła i karku przyłożyć zimne okłady,
- uciskać nos tuż poniżej części kostnej (ściskaj palcem wskazującym i kciukiem skrzydełka nosa z obydwu stron) przez kilka minut,
- po zatrzymaniu krwawienia należy unikać wydmuchiwania nosa przez kilka godzin,
- po tym czasie jeżeli jama nosowa jest niedrożna (katar, skrzepy krwi) nos należy oczyścić delikatnie (wydmuchać zawartość nosa),
- Jeżeli krwawienie nie ustępuje skontaktować się z lekarzem.