

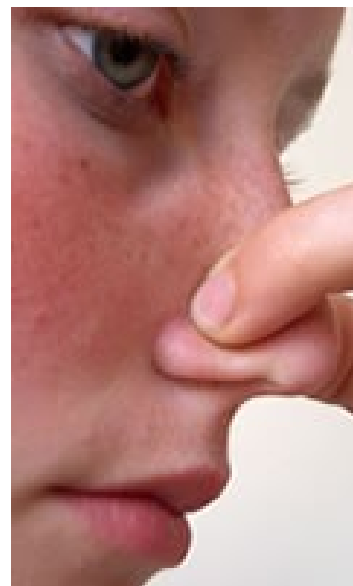
Neusbloeding

Behandeling/medicatie/leefregels

U bent behandeld in het Maastricht UMC+ voor een neusbloeding. In dit informatieblad leest u meer over de behandeling van een neusbloeding, mogelijke medicatie en leefregels om nieuwe bloedneuzen zoveel mogelijk te voorkomen als u straks weer thuis bent.

Wat is een neusbloeding?

Een neusbloeding is meestal een bloeding van een klein bloedvaat in het neusslijmvlies. Een neusbloeding is bijna altijd onschuldig. Bij kinderen en jong volwassenen bloedt er meestal een vaatje vóór op het neustussenschot. Bij ouderen bloedt er ook wel eens een bloedvaatje achter of boven in de neus. In dat laatste geval loopt er meestal bloed in de keel.



Hoe ontstaat een neusbloeding?

Een neusbloeding kan ontstaan als u uw neus hard snuit of als u een klap op uw neus krijgt. Andere mogelijke oorzaken zijn het verrichten van zware lichamelijke inspanningen, neuspeuteren of verblijf op grote hoogte of diepte. Bij ouderen kan een neusbloeding ook veroorzaakt worden door een te hoge bloeddruk, een tekort aan vitamine C en/of kalkgebrek. Tevens kan het gebruik van bloedverdünnende medicijnen een neusbloeding veroorzaken. Voorbeelden van medicijnen die een neusbloeding kunnen veroorzaken zijn: aspirine, persantin, plavix, marcoumar, sintrom en coumarine.

Mogelijke complicaties

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 veel vers rood bloed uit de neus of de mond komt, kunt u het beste tijdens kantooruren contact opnemen met de polikliniek KNO (043-387 54 00) of in het weekend en buiten kantooruren met de Spoed Eisende Hulp (043-387 67 00).

Medicijnen

De KNO-arts heeft u waarschijnlijk al met u besproken dat u moet stoppen met bloedverdünnende medicijnen. Als dit het geval is, geef dit dan aan bij de Trombosedienst als u daar op controle gaat.

Weer thuis

Het is belangrijk dat u na de behandeling van de neusbloeding rekening houdt met een aantal leefregels. Dit om de genezing te bespoedigen en de kans op een nieuwe neusbloeding te verkleinen. Als hoofdregel geldt na elke neusbloeding: vermijd alles waar u een 'rood hoofd' van krijgt. Na de neusbloeding is het belangrijk dat u voldoende rust neemt. Uw bloeddruk stijgt namelijk door inspanning en dit verhoogt de kans op een nieuwe neusbloeding. Houdt u zich verder ook aan de volgende leefregels:

- Vermijd warmte; door temperatuurwisselingen kunnen de bloedvaten van uw neus uitzetten. Hierdoor wordt de kans op een nieuwe bloeding vergroot.
- De eerste 24 uur geen warme dranken, zoals koffie en thee, drinken.

Patiënteninformatie

- Eet liever geen heet en/of te gekruid voedsel.
- De eerste drie dagen na de neusbloeding niet baden of douchen in heet water. Een lauwe douche kan geen kwaad.
- Drink geen alcohol en rook niet.
- Voorkom neuspeuteren. Bij kinderen kan het helpen om ze eventueel 's nachts handschoenen aan te doen.
- Als u moet niezen, doe dit dan zoveel mogelijk met open mond.
- Voorkom dus dat u zwaar moet tillen, ga niet sporten en voorkom 'persen' op het toilet.
- Als u uw neus wilt snuiten, doet u dat dan heel voorzichtig met open mond en per neusgat. We raden u echter aan om uw neus op te halen.
- Het is mogelijk 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.

In het geval van een ernstige neusbloeding, komt het voor dat de KNO-arts u adviseert om tijdelijk bedrust te nemen.

Contact

Heeft u na het lezen van dit informatieblad nog vragen? Neem dan contact op met de polikliniek Keel, Neus en Oor (KNO).

Polikliniek KNO	043-387 54 00 (maandag tot en met vrijdag van 8.30 tot 16.30)
Spoeisende hulp (SEH)	043-387 67 00 (weekenden en buiten kantooruren)

Websites

- www.mumc.nl
- www.kno.mumc.nl
- www.gezondidee.mumc.nl
- kinderwebsite.mumc.nl

Odin 034421 / uitgave: maart 2015

Bezoekadres
P. Debyelaan 25
6229 HX Maastricht

Postadres
Postbus 5800
6202 AZ Maastricht

Algemeen telefoonnummer
043-387 65 43
www.mumc.nl