

# Neusbloeding

Poli KNO  
SEH



***Er zijn verschillende oorzaken waardoor u een spontane neusbloeding kunt krijgen. In deze folder kunt u lezen over de verschillende oorzaken en wat u aan een neusbloeding kunt doen.***

## **Kiesselbach**

De plek van Kiesselbach is een groep van kleine bloedvaatjes in het neusslijmvlies van het neustussenschot.

Bij neuspeuteren, een ongeval, infectie, aderverkalking, broze bloedvaten, uitdroging of het stoppen van een voorwerp in de neus kan hier makkelijk een bloeding ontstaan.

Neusspray kan ook bloedingen veroorzaken door een uitdrogend effect. De verkeerde techniek van sprayen is een meer waarschijnlijke oorzaak.

Grote bloedingen komen meestal uit grotere bloedvaten dieper in de neus. De neus is ongeveer 10 cm diep en 8 cm hoog. Sommige neusbloedingen komen vanuit het neustussenschot en sommige vanuit de neusbijholten.

## **Medicijnen**

Er zijn medicijnen die de kans op een lastig te stoppen neusbloeding vergroten zoals:

- Bloedverdunners (Sintrom<sup>®</sup>, Marcoumar<sup>®</sup>), hebben direct invloed op de bloedstolling. De zogenaamde NOAC en DOAC (Pradaxa, Xarelto, Eliquis) werken ook direct op de bloedstolling.
- Wanneer u behandeld wordt voor of ter voorkoming van een trombose-been / longembolie kunt u spuitjes gebruiken die op de bloedstolling werken (Fragmin, Fraxiparine).
- Bloedplaatjesremmers (Aspirine, Ascal, Plavix, Persantin, Efiënt, Brilique).
- Medicijnen die het immuunsysteem onderdrukken en daarmee ontstekingsreacties remmen kunnen het slijmvlies aantasten zodat makkelijker

een wondje ontstaat.

- Chemotherapie tast ook gezond weefsel aan en kan ook de bloedstolling verminderen.

## **Aandoeningen van het lichaam**

Hoge bloeddruk of bijvoorbeeld het te weinig hebben van bloedplaatjes of stollingsfactoren in het bloed, door bloedziekten of leveraandoeningen, kunnen oorzaken zijn van neusbloedingen.

## **Trauma van de neus**

Een klap op de neus, stoten van de neus of een val kunnen neusbloedingen veroorzaken.

Bij kinderen en jongvolwassenen zijn ongevallen en neuspeuteren de belangrijkste oorzaken.

Bij mensen op hogere leeftijd, 65+ zijn aderverkalking en het gebruik van bloedverdunners de belangrijkste oorzaken.

## **Het stoppen van een neusbloeding**

U kunt zelf een aantal dingen proberen om een neusbloeding te stoppen. Een neusbloeding kan heftig lijken doordat er bloedvlekken op bijvoorbeeld kleding ontstaan.

Blijf rustig en probeer niet in paniek te raken wanneer u een neusbloeding heeft of wanneer u iemand met een neusbloeding probeert te helpen. Meestal is een neusbloeding onschuldig en gemakkelijk op te heffen.

Ga rechtop zitten met het hoofd licht voorover gebogen (zie foto). Ga niet achterover leunen, hierdoor kan er bloed in de keel lopen. Ga ook niet voorover leunen, hierdoor stijgt de bloeddruk naar het hoofd.

Snuit de neus voorzichtig en spuug eventueel bloed en/of stolsels uit. Slik het bloed niet door, hiervan kunt u misselijk worden en gaan braken.

Knijp de neus 10 minuten aaneengesloten dicht, door op de neusvleugel onder het neusbeen te drukken. Kijk niet tussendoor of de bloeding is gestopt.

## **Neusdruppels**

Neusdruppels Otrivin<sup>®</sup> of Nasivin<sup>®</sup> (Xylomethazoline) zijn goed tegen neusbloedingen. U kunt een watje nat maken met Xylomethazoline en die in de neus stoppen. Zorg dat u dit op een manier doet zodat u het watje in zijn geheel weer kunt verwijderen. Als een deel van het watje achterblijft, kan dit tot ontstekingen leiden. U kunt het inbrengen en verwijderen soms beter overlaten aan professionals.

Wanneer de neusbloeding na bovenstaande handelingen niet is gestopt, knijpt u de neus nogmaals 10 minuten dicht.

## **Wanneer belt u de huisarts of poli KNO**

Bij een niet te stoppen bloeding neemt u contact op met de huisarts of huisartsenpost.

Huisartsenpost Weert: 0495 – 67 76 77

De huisarts kan u zo nodig verwijzen naar de Spoedeisende Hulp of de KNO-arts.

Bent u kort geleden behandeld door de KNO-arts aan uw neus of voor een neusbloeding dan kunt u op werkdagen tussen 08:00 - 17:30 uur contact opnemen met de poli KNO. Buiten deze tijden neemt u contact op met de Spoedeisende Hulp.

Poli KNO, telefoon: 0495 - 57 22 90

Spoedeisende Hulp, telefoon: 0495 - 57 26 10.

## **Behandeling van een neusbloeding door een arts**

De huisarts, SEH-arts en de KNO-arts hebben verschillende tampons die als een verband het stromen van het bloed uit de neus in de keel kunnen stoppen. Deze tampon blijft 2 - 3 dagen in de neus.

De KNO-arts en meestal ook de huisarts hebben medicijnen waarmee bloedvaten die makkelijk bloeden kunnen worden dicht gebrand. Heeft u een forse bloeding, dan heeft deze techniek geen zin.

Als de bloeddruk erg hoog is of uit bloedonderzoek blijkt dat het bloed veel te dun is, kunnen medicijnen helpen om een acute bloeding te stoppen.

## **KNO-arts**

Als de huisarts of SEH-arts de bloeding niet onder controle kunnen krijgen, vragen zij de hulp van een KNO-arts. De KNO-arts kan meer of andere neustampons inbrengen.

Als het bloedvat te zien is en makkelijk te bereiken voor verdoving en behandeling kan dit vat worden dicht gebrand met elektrische energie. Dit kan niet als u een pacemaker draagt.

In uitzonderlijke gevallen kan worden gekozen voor een kijkoperatie, waarbij onder narcose de plek waar de bloeding vandaan komt kan worden opgezocht en behandeld.

Een alternatief hiervoor is dat de KNO-arts u doorverwijst naar een interventieradioloog (MUMC+ Maastricht of het Catharina Ziekenhuis Eindhoven) die via de lies een bloedvat van binnen opzoekt en er een soort prop in legt.

## **Nabehandeling**

Neuszalf kan net als bij droge lippen die makkelijk kapot gaan het slijmvlies rond de plek van Kiesselbach beschermen. Dit kan ook helpen bij korstvorming en vermindert daardoor neuspeuteren.

Het kan zijn dat uw medicatie moet worden aangepast om het risico op neusbloedingen te verlagen.

## Neustampons

Het kan dat u bloed achter in de keel voelt lopen nadat er neustampons zijn ingebracht. Wanneer dit niet binnen 10 minuten stopt neemt u contact op met de arts die u behandeld heeft.

De neus produceert normaal gesproken 2 - 3 liter vocht per 24 uur. Normaal gesproken merkt u hier weinig van.

Wanneer u een neustampon hebt gekregen zal een deel van dit vocht langs de tampon lekken. Doordat de tampon verzadigd is met bloed kan het zijn dat wat rood vocht langs de neustampon lekt. Hier hoeft u niet van te schrikken, dit kan geen kwaad.

Wanneer een nieuwe bloeding ontstaat, merkt u dit doordat er bloed achter in de keel loopt, of doordat er bloed uit de neus loopt.

## Leefregels

Als u behandeld bent voor een neusbloeding is het belangrijk dat u 24 tot 72 uur na de neusbloeding rekening houdt met onderstaande leefregels.

### **Voorkom drukverhoging in de neus door:**

- niet teveel te bukken;
- niet zwaar te tillen;
- niet te persen;
- niet snuiten, wel zachtjes ophalen;
- niezen met de mond open.

## **Voorkomen van bloedvat verwijding**

Door warmte ontstaat verwijding van de bloedvaten waardoor u een bloeding kunt krijgen.

Dit kunt u voorkomen door:

- niet te heet douchen;
- eten en drinken laten afkoelen voordat u het gebruikt;
- niet in de sauna of op de zonnebank gaan;
- de eerste 3 dagen niet in de zon lopen of zitten;
- niet roken, dit maakt de neus warm van binnen;
- geen alcohol drinken;
- geen prikkelende dranken of spijzen gebruiken (sambal, peper, zout, koolzuur).

## **Zwarte ontlasting**

Het kan dat u bloed hebt doorgeslikt doordat dit in de keel is gelopen tijdens de neusbloeding. Het is normaal dat u tot ongeveer 24 uur na een neusbloeding zwarte ontlasting heeft. Dit komt door het bloed dat u heeft doorgeslikt.

## **Heeft u nog vragen?**

Als u nog vragen heeft of meer informatie wilt, neem dan contact op met uw huisarts of de poli KNO, telefoon: 0495 - 57 22 90.

R311.33

2017-01

1252494

