Bloedneus

Patiënteninformatie Spoedeisende Hulp

Bloedneus (Adviezen na behandeling)

Inleiding

U bent voor de behandeling van een bloedneus op de afdeling Spoedeisende Hulp (SEH) geweest. Om te voorkomen dat de bloeding terugkomt, adviseren wij u om onderstaande zaken in acht te nemen.

Bij een neusbloeding

Snuit de neus ter verwijdering van bloedstolsels. Knijp daarna de neus tien minuten dicht.

Rust en ontspanning

Heeft u door welke reden dan ook een bloedneus gehad? Dan kunt u het beste een poosje rustig aan doen. Bij inspanning of opwinding stijgt uw bloeddruk en is de kans om opnieuw een neusbloeding te krijgen aanwezig.

Voorkom warmte

De bloedvaten van de neus zwellen op door warmte, waardoor weer een grotere kans op een neusbloeding ontstaat.

Let daarom op het volgende:

- gebruik de verdere dag geen warm eten of warme drank;
- gebruik geen sterk gekruid eten;
- neem geen heet bad of douche;
- rook niet.

Vermijd druk

Vermijd voorover buigen, tillen en hard persen. Ook kunt u beter geen alcohol gebruiken in de periode dat u verhoogde kans loopt op een bloedneus. Gebruik geen aspirine of A.P.C.

Enkele handige adviezen

- Eet tijdens de maaltijd vloeibare gerechten zoals bijvoorbeeld vla of pap.
- Plaats een plastic zak met fijngestampte ijsklontjes op de neus, als het bloeden nog niet helemaal is gestopt.
- Gebruik bij het slapen gaan een extra hoofdkussen, zodat uw hoofd iets hoger ligt.

Vragen

Neem bij vragen contact op met uw huisarts of met de afdeling Spoedeisende Hulp.

- Locatie Bergen op Zoom: 088 – 706 73 02
- Locatie Roosendaal: 088 – 706 88 89

Route

U vindt de afdeling Spoedeisende Hulp in het Bravis ziekenhuis locatie Roosendaal en locatie Bergen op Zoom, op begane grond.