Neusbloeding

Patiënteninformatie KNO

Neusbloeding

Inleiding

Deze folder geeft informatie over een neusbloeding (ook bloedneus of epistaxis genoemd).

Een neusbloeding is een vervelende aandoening. Het gaat meestal om een aderlijke bloeding van een klein bloedvaatje in het neusslijmvlies. Een neusbloeding is bijna altijd onschuldig en heeft nooit iets te maken met een hersenbloeding.

Bij kinderen en jonge volwassenen bloedt er meestal een vaatje vóór op het neustussenschot. Bij ouderen bloedt er ook wel eens een bloedvaatje achter/boven in de neus zodat er vooral bloed achter in de keel loopt (en bijna niets voor uit de neus).

De meeste (meer dan 75%) neusbloedingen ontstaan zonder duidelijke oorzaak. In 25% van de gevallen is er een oorzaak.

Oorzaken

De lucht die door de neus stroomt, droogt het neusslijmvlies uit en veroorzaakt irritatie waardoor er korsten ontstaan. Als deze korsten vervolgens losraken, doordat eraan wordt gekrabd of gepeuterd of doordat de neus hard wordt gesnoten, kan het onderliggende slijmvlies beschadigd raken en gaan bloeden. ’s Winters, als er veel mensen verkouden zijn, komen neusbloedingen vaker voor. De verkoudheden veroorzaken eveneens uitdroging en ontsteking van het neusslijmvlies.

Daarnaast kunnen neusbloedingen worden veroorzaakt door:

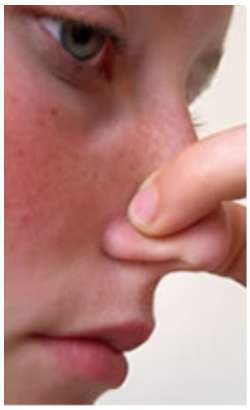
- een ongeluk van de neus (klap, stoten);
- beschadiging van het neusslijmvlies (bijvoorbeeld door medicijnen die in de neus worden geneveld);
- verhoogde bloeddruk;
- gebruik van bloedverdunners (bijvoorbeeld aspirine, sintrom, plavix en persantin);
- chemische stoffen die het neusslijmvlies irriteren;
- misvorming binnen in de neus (bijvoorbeeld een gat in het neustussenschot).

Wat kunt u zelf doen

Meestal is een neusbloeding niet erg en gaat vanzelf of met behulp van eenvoudige maatregelen over.

- Ga rustig rechtop zitten met het hoofd licht naar voren gebogen en adem rustig door uw mond.
- Snuit de neus een keer goed uit.
- Knijp daarna de neus goed dicht gedurende tien minuten (let goed op de tijd).
- Herhaal deze procedure een tweede keer als het niet voldoende effect heeft.
- Vaak helpt het om een gedraaid propje watten voor in de neus te doen (hierop kan ook xylometazoline worden gedruppeld).

Door deze handelingen ontstaat er een bloedstolsel waardoor de bloeding stopt.



Op de foto ziet u hoe u duim en wijsvinger aan weerszijden van de neus moet plaatsen, vlak onder de plaats waar het bovenste harde stuk overgaat in het zachte gedeelte van de neus.

Wat moet u niet doen?

- Ga niet liggen (het bloed loopt dan sneller in de keel. Bovendien is in zittende houding de bloeddruk in het hoofd ook het laagst).
- Raak niet in paniek maar bewaar vooral rust en kalmte.
- Vermijd inspanning en opwinding (dit doet namelijk de bloeddruk stijgen).
- “Rituelen”, zoals een sleutel in de nek leggen, zijn zinnig om rust te creëren, maar dragen op zichzelf niet bij aan het stoppen van de bloeding.

Belangrijke adviezen en gedragsregels bij een neusbloeding

De volgende adviezen en gedragsregels gelden de eerste twee à drie dagen na een spontane neusbloeding, maar ook na de behandeling van een neusbloeding (zie verder).

- Snuit de neus niet nadat een neusbloeding is gestopt (anders raakt het stolsel te vroeg los).
- Vermijd drukverhoging in het hoofd (niet persen op toilet, tillen, bukken, etc.).
- Eet niet te heet en/of te gekruid voedsel.
- Drink geen warme of koolzuurhoudende dranken.
- Neem geen hete baden, sauna’s of douches.
- Peuter niet in de neus (kinderen eventueel ’s nachts handschoenen aandoen).
- Verhoog zo nodig de luchtvochtigheid in uw huis om met name korstvorming te voorkomen.
- Rook niet (maakt de neus warmer van binnen).
- Drink geen alcohol.

Wanneer naar uw huisarts?

U kunt met de huisarts contact opnemen als:

- Het bloeden doorgaat nadat u twee keer tien minuten de neus heeft dichtgeknepen.
- U bloedverdunnende medicijnen gebruikt en regelmatig een neusbloeding heeft.
- U regelmatig een neusbloeding heeft, terwijl u niet peutert en altijd zachtjes snuit.

De behandeling van een neusbloeding door de huisarts

De huisarts onderscheidt drie soorten neusbloedingen.

1. Een enkele keer een kleine neusbloeding.

De huisarts geeft adviezen en past eventueel uw medicijnen aan. Soms wordt neuszalf voorgeschreven (zie verder) en/of xylometazoline neusspray of druppels.

2. Regelmatige kleine neusbloedingen.

Wanneer de klacht niet reageert op conservatieve behandeling en adviezen (zie punt 1) wordt u doorgestuurd naar de KNO-arts (zonder spoed).

3. Een heftige, ernstige neusbloeding die niet te stoppen is met dichtdrukken van de neus.

Bij deze neusbloeding zal de huisarts vaak een neustampon inbrengen. Als dit de bloeding niet stopt, wordt u met spoed doorverwijzen naar een KNO-arts.

De behandeling van een neusbloeding door de KNO-arts

De KNO-arts zal eerst proberen het gemakkelijk bloedende, oppervlakkig liggende bloedvaatje te vinden. Naar aanleiding van dit onderzoek, dat pijnloos verloopt, wordt besloten hoe het bloedende vaatje het beste kan worden behandeld. Deze behandeling kan soms kortdurend pijnlijk zijn. De neus wordt eerst goed schoongemaakt waarna het slijmvlies van de neus wordt afgeslonken en verdoofd.

De verdoving en het afslinken

Van binnen is de neus gevoelig en soms nauw, zodat het slijmvlies van de neus eerst moet worden verdoofd en afgeslonken.

De verdoving en het afslinken wordt meestal gedaan met watjes, die zijn gedrenkt in een verdovende vloeistof (lidocaïne, tetracaïne) en een slijmvliesafslinkende vloeistof (xylometazoline). Het inbrengen van de watjes door de KNO-arts doet geen pijn, maar kan een kriebelig, vreemd gevoel en een vieze smaak geven.

Al het slijmvlies dat met de verdovingsvloeistof in aanraking komt, raakt verdoofd. Soms loopt de verdovingsvloeistof via de neus in de keel, zodat ook de keel enigszins wordt verdoofd. U kunt in dat geval echter normaal slikken en ademen. De keel voelt alleen dik aan, maar is niet werkelijk gezwollen. Vaak zijn ook de boventanden en het gehemelte een tijdje gevoelloos. Het aanbrengen van de verdoving neemt een paar seconden in beslag. Met de inwerkende verdoving neemt u meestal (indien de ernst van de bloeding dat toestaat) weer plaats in de wachtkamer.

Het ademen door de neus is soms dan even niet meer mogelijk. U bent dan aangewezen op mondademhaling.

Na een zo lang mogelijke inwerkperiode (tot 45 minuten) wordt u weer in de spreekkamer geroepen en worden de watjes uit de verdoofde neus gehaald. Grondige inspectie (eventueel met een dun kijkbuisje) en behandeling kunnen nu pas goed plaatsvinden. Dit kan door dichtetsen, dichtbranden of door een neustampon (tamponneren) gebeuren.

De verdoving is ongeveer na één uur uitgewerkt. Tot die tijd moet u voorzichtig zijn met eten en drinken omdat u zich gemakkelijk kunt verslikken.

Vormen van behandeling

Dichtetsen

Na verdoving van het slijmvlies kunnen met behulp van een etsende vloeistof (bijvoorbeeld trichloorazijnzuur) oppervlakkig gelegen bloedvaatjes vóór op het neustussenschot worden dichtgeëtst. Houd het hoofd heel stil, zodat er geen zure vloeistof op verkeerde plaatsen wordt gemorst. Deze behandeling kan om deze reden ook alleen in niet-bloedende omstandigheid worden uitgevoerd. U kunt na deze behandeling op eigen gelegenheid naar huis, maar u moet zich uiteraard wel houden aan de eerder genoemde adviezen en gedragsregels.

Mogelijk ervaart u na enige uren een branderig/prikkelend gevoel in de neus. Hiertegen kunt u paracetamol innemen. Er kan maar één kant tegelijk worden geëtst, omdat er anders onvoldoende bloedvoorziening van het neustussenschot ontstaat. Moet u aan beide kanten worden geholpen, dan moet u eventueel voor de andere kant een nieuwe afspraak maken.

Dichtbranden

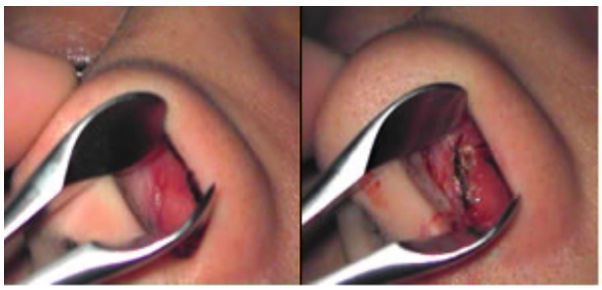
Na verdoving van het slijmvlies van de neus kan met behulp van een klein “soldeerboutje” een enkel bloedend bloedvaatje worden dichtgebrand (coaguleren). Houd het hoofd hierbij heel stil.

U kunt na deze behandeling op eigen gelegenheid naar huis, maar u moet zich uiteraard wel houden aan de eerder genoemde adviezen en gedragsregels.

Mogelijk ervaart u na enige uren een branderig/prikkelend gevoel in de neus. Hiertegen kunt u paracetamol innemen.

Bij jonge kinderen wordt deze behandeling onder een kortdurende narcose uitgevoerd.

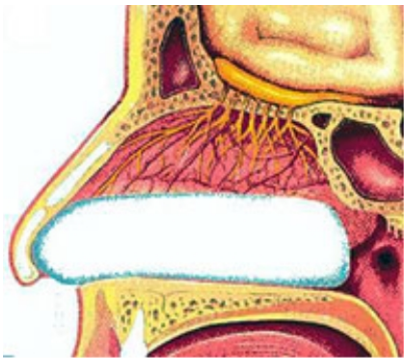
Op de onderstaande twee foto’s ziet u het bloedvaatje op het neustussenschot voor en na het dichtbranden.



Tamponneren

Soms is het noodzakelijk om de bloeding te stoppen door het inbrengen van een zogenaamde neustampon, bijvoorbeeld wanneer de plaats van de bloeding niet exact is vast te stellen en dichtbranden dus niet mogelijk is. Dit heet het tamponneren van de neus en gebeurt heel voorzichtig en precies. Een neustampon moet meestal door een (KNO-)arts uit de neus worden verwijderd na 24-72 uur. Bij ‘n hevige bloeding, met name wanneer deze achter in de neus is gelokaliseerd, wordt soms besloten tot opname in het ziekenhuis. U moet zich uiteraard ook houden aan de eerder genoemde adviezen en gedragsregels.

Er zijn verschillende soorten neustampons, zoals lange stroken vette gazen, ballontampons of zoals hier in het plaatje een zogenaamde sponstampon.



Zolang de neustampon in de neus zit, kunt u niet door deze neusgang ademen. De hoofdpijn, die dan vrijwel altijd snel ontstaat, kunt u bestrijden met paracetamol.

Neuszalf

Om de korstvorming (met of zonder behandeling) tegen te gaan en de genezing van de neus te bevorderen, krijgt u vaak van de KNO-arts voor een paar weken neuszalf voorgeschreven. Breng de zalf twee- tot achtmaal per dag aan door deze van de vinger of theelepel op te snuiven in de neus.

Soms adviseert de KNO-arts om de neus schoon te maken en korstvorming tegen te gaan door deze te spoelen met een keukenzoutoplossing. (Een keukenzoutoplossing in de juiste samenstelling kunt u zelf maken door een afgestreken theelepeltje keukenzout op te lossen in een bierglas (2 dl) met lauw water dat heeft gekookt.) Doe dit zo nodig twee- tot zesmaal per dag.

Aanpassen medicijnen

Bloedverdunners

Bloedverdunnende medicijnen (“aspirine”-bevattende pijnstillers, zoals aspro, sinaspril, ascal, APC) laten het bloed minder snel stollen. Een kapot bloedvaatje bloedt dan langer door dan normaal. Staak zo mogelijk het gebruik van deze medicijnen in overleg met de arts die het heeft voorgeschreven. Het gebruik van paracetamol is, als pijnstiller, wel mogelijk zonder dat u daarmee de bloedstolling beïnvloedt. Moet u op advies van een dokter ascal, sintrom, sintromitis, marcoumar, plavix of persantin als bloedverdunner gebruiken, dan is uw bloedverdunning mogelijk ontregeld (doorgeschoten). Laat dit dan controleren bij uw (huis)arts, (cardioloog/neuroloog/etc.) die deze medicijnen voorschrijft of bij de trombosedienst.

Neusnevel

Staak in overleg met uw arts (tijdelijk) de medicijnen die u in de neus moet nevelen. Door de kracht van de verneveling kan het slijmvlies beschadigen.

Medicijnen bij hoge bloeddruk

Hebt u een hoge bloeddruk, laat deze dan controleren en gebruik zo nodig medicijnen hiertegen.

Contact

Heeft u nog vragen na het lezen van deze folder? Stel ze dan aan uw KNO-arts.

De polikliniek KNO is tijdens kantooruren bereikbaar op 088 - 70 67 342.

Kijk op de website voor de actuele bereikbaarheid van de polikliniek: KNO - Bravis | Bravis

Gebruikt u de BeterDichtbij app en is uw vraag niet dringend? Stel uw vraag dan via de BeterDichtbij app.

Buiten kantooruren kunt u tot 1 week na uw behandeling bellen met de spoedeisende hulp

- Locatie Bergen op Zoom: 088 - 70 67 302
- Locatie Roosendaal: 088 - 70 68 889

08/25