Neusbloeding

Inleiding
Deze folder informeert u over wat een neusbloeding (bloedneus) is en wat u kunt doen.

Wat is een neusbloeding?
Een neusbloeding is een vervelende aandoening. Ook al is er een geringe bloeding, toch lijkt het vaak een enorme hoeveelheid. 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 boven in de neus, zodat er vooral bloed achter in de keel loopt (en bijna niets voor uit de neus). Meer dan 75% van de neusbloedingen ontstaan zonder duidelijke oorzaak. In de overige gevallen zijn één of meerdere oorzaken aan te wijzen.

Oorzaken
De lucht die door de neus stroomt, droogt het neusslijmvlies uit en veroorzaakt irritatie waardoor er zich korstjes in de neus vormen. Als deze korstjes los raken, 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. Een verkoudheid veroorzaakt uitdroging en ontsteking van het neusslijmvlies. Daarnaast zijn er nog een aantal mogelijke oorzaken van een neusbloeding:

- Een klap op of het stoten van de neus.
- Beschadiging van het neusslijmvlies, bijvoorbeeld door medicijnen die in de neus worden geneveld.
- Verhoogde bloeddruk.
- Het gebruik van bloedverdunners, zoals aspirine, sintrom, marcoumar, plavix en persantin.
- Chemische stoffen die het neusslijmvlies irriteren.
- Een 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 over of met behulp van een aantal eenvoudige handelingen waardoor een bloedstolsel ontstaat en de bloeding stopt:

- Ga rustig rechtop zitten met het hoofd licht naar voren gebogen. In deze houding is de bloeddruk in uw hoofd ook het laagst.
- 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). Plaats duim en wijsvinger aan weerszijden van de neus, vlak onder de plaats waar het bovenste harde stuk overgaat in het zachte gedeelte van de neus zoals u op de foto ziet. Als het bloed naar de keel loopt, slikt u het bloed niet door maar spuugt u het uit. Bloed in de maag kan misselijkheid en braken veroorzaken. Herhaal deze procedure een tweede keer, als het niet voldoende effect geeft.

- Vaak helpt het om een gedraaid propje watten voor in de neus te doen. Hierop kan xylometazoline of Otrivin neusdruppels worden gedruppeld.

Wat moet u niet doen?

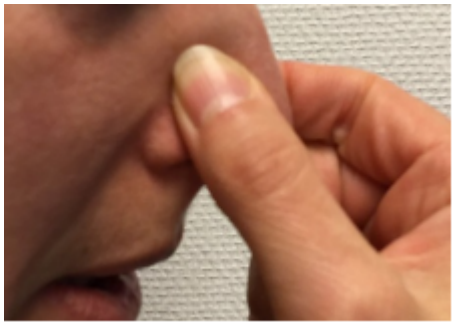
- Raak niet in paniek, maar bewaar vooral rust en kalmte.

- Ga niet liggen. Het bloed loopt dan sneller in de keel.

- 'Rituelen', zoals een sleutel in de nek leggen, zijn zinnig om rust te creëren maar dragen niet bij aan het stoppen van de bloeding.

- ?Vermijd inspanning en opwinding. Dit geeft namelijk een bloeddrukstijging.

Onderzoek
Als u met behulp van bovenstaande adviezen een neusbloeding niet onder controle krijgt, zijn verschillende behandelingen mogelijk. Om te bepalen welke behandeling het meest geschikt is, probeert de KNO-arts eerst het makkelijk bloedende, oppervlakkig liggende bloedvaatje te vinden. Dit onderzoek is pijnloos.



Verdoving en afslinken
Van binnen is de neus gevoelig en soms nauw, zodat het slijmvlies van de neus eerst moet worden verdoofd en afgeslonken voordat de behandeling kan worden uitgevoerd. De verdoving en het afslinken worden meestal gedaan met watjes, die gedrenkt zijn in een verdovende vloeistof en een slijmvliesafslinkende vloeistof. Het inbrengen van de watjes 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 verdoofd wordt. U kunt in dat geval echter normaal slikken en ademen, de keel voelt 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 weer plaats in de wacht-kamer. Het is dan soms even niet mogelijk om door uw neus te ademen. U kunt wel ademhalen door uw mond. Als u weer in de spreekkamer wordt geroepen, worden de watjes uit uw verdoofde neus gehaald. De KNO-arts start vervolgens met één van de onderstaande behandelingen. De verdoving is na ongeveer een uur uitgewerkt. Tot die tijd moet u voorzichtig zijn met eten en drinken omdat u zich gemakkelijk kunt verslikken.

Vormen van behandeling

Dichtetsen

De oppervlakkig gelegen bloedvaatjes vóór op het neustussenschot kunnen met behulp van een etsende vloeistof (bijvoorbeeld trichloorazijnzuur) worden dicht geëtst. Het is belangrijk dat u uw hoofd heel stil houdt, zodat er geen zure vloeistof op verkeerde plaatsen wordt gemorst.
De behandeling kan om deze reden alleen worden uitgevoerd als uw neus op dat moment niet bloedt. U kunt na deze behandeling op eigen gelegenheid naar huis. Mogelijk ervaart u na enige uren een branderig of prikkelend gevoel in de neus waarvoor u een paracetamol kunt innemen.

Dichtbranden

Een enkel bloedend bloedvaatje kan worden dichtgebrand (coaguleren) met behulp van een zuigbuisje of een pincet. Houd uw hoofd hierbij heel stil. U kunt na deze behandeling op eigen gelegenheid naar huis. Mogelijk ervaart u na enige uren een branderig of prikkelend gevoel in de neus waarvoor u een paracetamol kunt innemen. Bij jonge kinderen wordt deze behandeling onder een kortdurende narcose uitgevoerd.

Tamponneren

Soms is het noodzakelijk om de bloeding te stoppen door een zogenaamde neustampon in te brengen. Dit is bijvoorbeeld het geval als 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. Bij hevige bloeding, met name wanneer deze achter in de neus zit, wordt soms besloten tot opname in het ziekenhuis. Zolang de neustampon in de neus zit, kunt u niet door deze neusgang ademen. De hoofdpijn, die dan vrijwel altijd ontstaat, kunt u bestrijden met een paracetamol. Een neustampon wordt meestal door een arts uit de neus verwijderd na 48 tot 72 uur.

Belangrijke adviezen na een neusbloeding

Na een spontane neusbloeding en na behandeling van een neusbloeding is het belangrijk dat u de eerste twee tot drie dagen rekening houdt met de volgende adviezen:

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

Nabehandeling met neuszalf

Om de korstvorming voorzichtig 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 vier maal per dag voorzichtig aan met een wattenstokje of een pink voor in de neus op het neustussenschot. Soms adviseert de KNO-arts om de neus schoon te maken en korstvorming tegen te gaan door deze te

spoelen met een keukenzoutoplossing. Doe dit dan twee tot zes keer per dag.
Een keukenzoutoplossing in de juiste samenstelling kunt u zelf maken door een afgestreken theelepeltje keukenzout op te lossen in een bierglas (2 deciliter) met lauw water uit de kraan.

Aanvullende informatie over 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. Stop zo mogelijk het gebruik van deze medicijnen in overleg met de arts die het heeft voorgeschreven.
Het gebruik van paracetamol als pijnstiller is wel mogelijk zonder dat u daarmee de bloedstolling beïnvloedt.

1. Antistolling rond ingrepen:
Gebruikt u bloedverdunners?
Als u bloedverdunners (antistollingsmedicatie) gebruikt, meld dit dan aan uw behandelend arts.
Hij/zij bespreekt met u of en wanneer u moet stoppen met deze medicatie.

2. Tromboseprofylaxe:
Om de kans op trombose (ongewenst bloedstolsel in een bloedvat) te verlagen krijgt u in sommige gevallen gedurende en/of na de opname een spuitje met bloedverdunner toegediend die de stolling van het bloed vermindert of vertraagt. Indien dit voor u van toepassing is zal uw behandelend arts dit met u bespreken.

Moet u op advies van een dokter sintrom, acenocoumarol, marcoumar of fenprocoumon als bloedverdunner gebruiken, dan is uw bloedverdunning mogelijk ontregeld (doorgeschoten). Laat dit dan controleren bij uw arts die deze medicijnen voorschrijft (huisarts, cardioloog, neuroloog/etc.) of bij de trombosedienst. Helaas zijn middelen als ascal, acetylsalicylzuur, plavix en persantin niet op deze manier bij te stellen.

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

Medicijnen bij hoge bloeddruk
Heeft u een hoge bloeddruk? Laat deze dan controleren bij de huisarts. Het kan zo zijn dat de medicatie tegen hoge bloeddruk aangepast moet worden.

Vragen?
Wij helpen u graag. U kunt contact opnemen met de assistent of uw behandelend specialist.

Meer lezen over keel-, neus- en oorheelkunde bij Amphia?

Ga naar afdeling KNO (Keel-, Neus- en Oorheelkunde) (https://www.amphia.nl/afdelingen/kno)