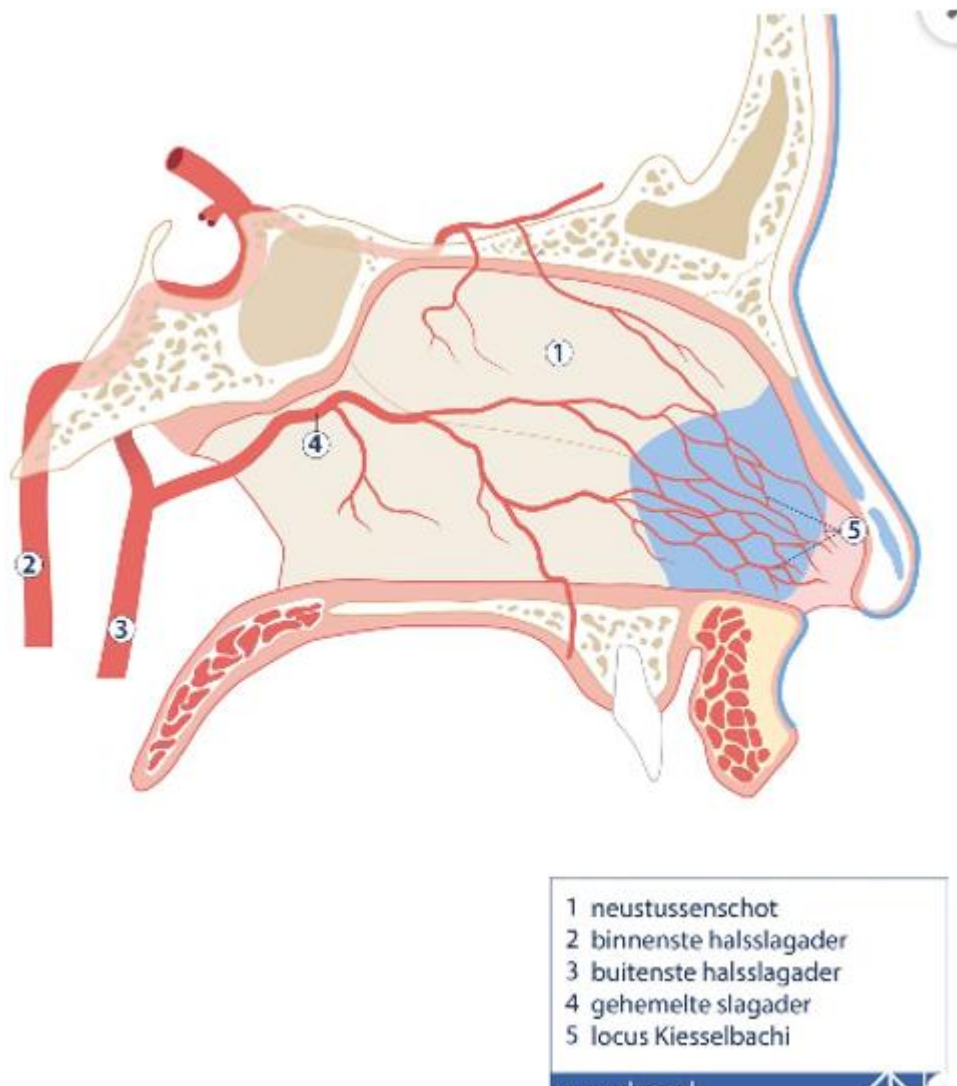


Bloedneus

Deze folder heeft tot doel u informatie te geven over een neusbloeding (ook bloedneus of epistaxis genoemd) en kan ook aanvullende informatie geven op het bezoek aan de KNO-arts

Een neusbloeding is een vervelende aandoening. Ook een geringe bloeding imponeert vaak als een enorme hoeveelheid. Het gaat meestal om een aderlijke bloeding van een klein bloedvatje 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 bloedvatje achter/boven in de neus, zodat er vooral bloed achter in de keel loopt (en bijna niets voor uit de neus). De meeste neusbloedingen (meer dan 75%) ontstaan zonder duidelijke oorzaak; in 25% van de gevallen zijn er één of meerdere oorzaken aan te wijzen.



Oorzaken

De lucht die door de neus stroomt, kan het neusslijmvlies uitdrogen en irritatie veroorzaken, waardoor er zich korsten vormen. Als deze korsten vervolgens losraken – doordat eraan wordt gekrabd of gepeuterd (**Fout! De hyperlinkverwijzing is ongeldig.** op www.kno.nl) of doordat de neus hard wordt gesnoten – kan het onderliggende slijmvlies beschadigd raken en gaan bloeden. 's Winters komen neusbloedingen vaker voor; door verkoudheden en uitdrogingen ontsteking van het neusslijmvlies.

Daarnaast kunnen neusbloedingen worden veroorzaakt door een ongeluk van de neus (klap, stoten) of beschadiging van het neusslijmvlies (bijvoorbeeld door medicijnen die in de neus worden verneveld), verhoogde bloeddruk, het gebruik van bloedverdunners (bijvoorbeeld aspirine, Sintrom, Plavix en Persantin), chemische stoffen die het neusslijmvlies irriteren en een enkele keer door 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 of met behulp van eenvoudige maatregelen over. Deze maatregelen zijn:

- 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). 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.
- Herhaal deze procedure, indien het niet voldoende effect geeft.
- Het kan helpen om xylometazoline (otrivin®) voor in de neus aan te brengen, (eventueel op een gedraaid propje watten).

Wat moet u niet doen

- Ga niet liggen (het bloed loopt dan sneller in de keel; bovendien is de bloeddruk in het hoofd in zittende houding het laagst).
- Raak niet in paniek, maar bewaar vooral rust en kalmte.
- Vermijd inspanning en opwindning (dit doet namelijk de bloeddruk stijgen).

Belangrijke adviezen en gedragsregels bij een neusbloeding of na behandeling van een neusbloeding

De volgende adviezen en gedragsregels gelden de eerste 2-3 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 (persen (wc), tillen, bukken, sporten, huishoudelijk werk etc.);
- Eet niet te heet 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 eventueel 's nachts handschoenen aandoen);
- Verhoog zo nodig de luchtvochtigheid in uw huis om m.n. Korstvorming te voorkomen;
- Rook niet
- Drink geen alcohol
- Gebruik geen cocaïne

De Huisarts

De huisarts kan u vaak goed helpen met adviezen en eventuele aanpassingen van uw medicijnen. Soms wordt neuszalf voorgeschreven (zie verder) en/of xylometazoline neusspray of druppels. Wanneer u desondanks regelmatig kleine neusbloedingen blijft houden zal de huisarts u doorsturen naar de KNO-arts (zonder spoed). Bij een heftige

bloeding kan de huisarts een neustampon inbrengen en – indien dit de bloeding niet tot staan brengt – u doorverwijzen naar een KNO-arts.

De behandeling van een neusbloeding door de KNO-arts

De verdoving en het afslinken

Om goed te kunnen bepalen waar het (gemakkelijk) bloedende bloedvatje zit, zal de KNO-arts de neus meestal eerst het neusslijmvlies verdoven en afslinken met behulp van watjes gedrenkt in medicijnen. Vaak worden de boventanden hierdoor ook een tijdje gevoelloos en soms voelt de keel wat verdoofd aan. U kunt in dat geval echter normaal slikken en ademen; de keel voelt dik aan, maar is niet werkelijk gezwollen. Na een inwerkperiode worden de watjes verwijderd en vindt een grondige inspectie van de neus plaats, eventueel met een dun kijkbuisje. Hierna kan uw neus behandeld worden.

Vormen van behandeling door een KNO-arts

Dichtetsen

Met een etsende vloeistof (bijvoorbeeld trichloorazijnzuur of zilvernitraat) kunnen oppervlakkig gelegen bloedvatjes vóór op het neustussenschot worden dichtgeëtsd. Houd het hoofd heel stil, zodat er geen zure vloeistof op verkeerde plaatsen wordt gemorst. Na de behandeling kunt u kortdurend een branderig /prikkelend gevoel in de neus ervaren. Er kan maar één kant tegelijk worden geëtsd, 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

Met behulp van een klein 'soldeerboutje' kan het bloedende bloedvatje worden dichtgebrand (coaguleren). Houd het hoofd hierbij heel stil. Bij jonge kinderen wordt deze behandeling vaak onder een kortdurende narcose uitgevoerd. Bij volwassenen is lokale verdoving mogelijk.

Tamponneren

Soms is het noodzakelijk om de bloeding tot staan te brengen door 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. Een neustampon wordt meestal na 48-72 uur door de huisarts of KNO-arts verwijderd. Zolang de neustampon in de neus zit, kunt u niet door deze neusgang ademen. Soms veroorzaakt dit hoofdpijn, deze kunt u bestrijden met paracetamol.

Uit een verzadigde neustampon zal altijd wat bloederig vocht komen bij beweging/aanraking. Hierover hoeft u zich geen zorgen te maken. Wanneer er veel helderrood bloed uit de neus of in de keel stroomt, neemt U dan wel contact op.

Na behandeling van een bloedneus

Neem de onder "Belangrijke adviezen en gedragsregels bij een neusbloeding" genoemde adviezen in acht.

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 enkele malen er dag voorzichtig aan, door een hoeveelheid (ter grootte van een doperwtje) met de pink voor in de neus aan te brengen. Soms adviseert de KNO-arts om de neus schoon te maken en korstvorming tegen te gaan door deze te spoelen met een zoutoplossing*. Doe dit zo nodig 2-4 maal per dag (zie folder neusspoelen).

Aanpassen medicijnen

Bloedverdunners

Bloedverdunnende medicijnen ('aspirine'-bevattende pijnstillers, zoals aspro, ascal, APC) laten het bloed minder snel stollen. Een kapot bloedvatje 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 als pijnstiller is wel mogelijk zonder dat u daarmee de bloedstolling beïnvloedt.

Moet u op advies van een dokter bloedverdunners, zoals bijvoorbeeld Ascal, Sintrom, Sintromitis, Marcoumar, Plavix, Persantin of Rivaroxaban gebruiken, dan is uw bloedverdunding mogelijk ontregeld (doorgeschoten); laat dit dan controleren bij uw arts (huisarts/cardioloog/neuroloog/etc.) die deze medicijnen voorschrijft of bij de trombosedienst. Soms zullen wij U vragen deze medicijnen, als dat mogelijk is, in overleg met de voorschrijvende arts (tijdelijk) te staken.

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

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

De auteursrechten op de door Medical Visuals vervaardigde illustratie die is opgenomen in deze folder berusten bij Medical Visuals. Gebruik van deze illustraties door leden van de NVKNO of derden is aan voorwaarden onderhevig. Voor meer informatie kunt u zich wenden tot Medical Visuals (maartje@medicalvisuals.nl)

Vragen?

Stel uw vraag via MijnOLVG

U kunt ons altijd bereiken via [MijnOLVG](#). Heeft u een algemene vraag over vergoeding of betaling? Neem dan contact op met uw zorgverzekeraar of kijk op www.olvg.nl/zorgnota. Meer informatie over bijvoorbeeld kosten, bereikbaarheid, onderzoeken en behandelingen staat op www.olvg.nl maar u kunt ons natuurlijk ook bellen.

Meer informatie online

- www.olvg.nl/kno

Contact

polikliniek Keel-, Neus- en Oorheelkunde (KNO), locatie Oost

T 020 599 30 40 (werkdagen 8.15 – 16.15 uur)

E kno@olvg.nl

P4

polikliniek behandelkamers Keel-, Neus- en Oorheelkunde (KNO), locatie West

T 020 510 88 94 (werkdagen 8.15 – 16.15 uur)

Route 22B

polikliniek Keel-, Neus- en Oorheelkunde (KNO), locatie West

T 020 510 88 94 (werkdagen 8.15 – 16.15 uur)

E kno@olvg.nl

Route 12

Oost
Oosterpark 9
1091 AC Amsterdam

West
Jan Tooropstraat 164
1061 AE Amsterdam

Spuistraat
Spuistraat 239 A
1012 VP Amsterdam

Onze Algemene Voorwaarden zijn van toepassing: www.olvg.nl/algemene-behandelvoorwaarden

Aanmelden MijnOLVG via www.mijnolvg.nl | Klacht of opmerking: www.olvg.nl/klacht

Redactie en uitgave: Marketing en Communicatie, 22 september 2021, foldernr.2531