

## AANDACHTSPUNTEN :

- Laat de bloedstelpende neustampon 48 uur ter plaatse of langer indien de arts dit aanbeveelt.
- Haal de tampon er nooit zelf uit, zelfs niet als je neus opnieuw begint te bloeden.
- Spuw het bloed uit en slik het niet in.
- Tracht niezen en snuiten te vermijden.
- Vermijd warme dranken tijdens de eerste 24 uur.
- Vermijd plotse en hevige bewegingen van het hoofd.
- Zorg ervoor dat de lucht in huis steeds voldoende bevochtigd is.
- Soms kan een ijsapplicatie (cold pack) in de hals helpen om de bloeding te verminderen.
- Bij aanhoudende of terugkerende (recidiverende) bloedingen maak je best een afspraak bij de neus-, keel-, oorarts.

Voor meer info raadpleeg:

**Spoedopname**

☎ 055 33 63 55

✉ [spoed@azoudenaarde.be](mailto:spoed@azoudenaarde.be)

Heb je nog vragen  
of opmerkingen  
over deze brochure?  
We houden graag  
rekening met  
jouw suggesties!

## AZ Oudenaarde vzw

Minderbroedersstraat 3, 9700 Oudenaarde

T 055 33 61 11 - F 055 33 66 95

[info@azoudenaarde.be](mailto:info@azoudenaarde.be)

[www.azoudenaarde.be](http://www.azoudenaarde.be)



AZO/SPO/420  
25/04/2020  
V.U. AZ Oudenaarde

Spoed



## RAADGEVINGEN BIJ NEUSBLOEDING

## Informatie voor patiënten

AZ OUDENAARDE  
VZW



[www.azoudenaarde.be](http://www.azoudenaarde.be)

Volg ons op



Beste patiënt,

Je kwam langs op de spoedgevallendienst met een neusbloeding. Aan de hand van deze brochure geven we je graag wat algemene informatie en enkele nuttige tips om thuis rustig door te nemen.

Opgelet: soms kan het advies en behandeling in specifieke situaties afwijken. Volg in dat geval steeds de instructies van de arts!

## WAT IS EEN NEUSBLOEDING ?

### Hoe ontstaat een neusbloeding ?

- Een neusbloeding kan spontaan ontstaan uit het netwerk van bloedvaatjes in het neustussenschot.
- Een slag of tik op de neus of zelfs neuspeuteren kan een bloedvaatje beschadigen.
- Het dunne slijmvlies aan de binnenkant van de neus wordt extra kwetsbaar als de lucht droog is of als je verkouden bent.
- Oudere mensen hebben vaak wat zwakkere bloedvaatjes.
- Bloedverdunnende medicatie (zoals Marcourmar, Marevan, Xarelto, aspirine...) kunnen ervoor zorgen dat beschadigde bloedvaatjes langer bloeden dan normaal.
- Een ernstige hoge bloeddruk kan ook een oorzaak zijn van een neusbloeding.
- Het temperatuurverschil tussen een binnen- en buitenomgeving kan ook bloedingen veroorzaken.

## Kan een neusbloeding kwaad ?

Een neusbloeding is meestal niet zo ernstig als ze eruit ziet en gaat vaak vanzelf over met behulp van eenvoudige maatregelen. In uitzonderlijke gevallen verwijst de arts jou door naar het ziekenhuis.

Contacteer jouw arts als je een neusbloeding hebt in combinatie met andere klachten (pijn op de borst, pijn in de benen, hoofdpijn etc.) of als je een spontane neusbloeding krijgt bij het gebruik van bloedverdunders. De huisarts en/of cardioloog kan de dosering van de bloedverdunner dan aanpassen.

### Wat je zelf kan doen:

- Blijf rustig, anders stijgt de bloeddruk en wordt de bloeding erger.
- Ga in een licht voorovergebogen houding zitten en spuw het bloed dat in de neus-keelholte loopt uit.
- Snuit vervolgens de neus éénmaal goed om eventuele aanwezige stolsels te verwijderen. LET OP : snuit daarna de neus NIET meer !
- Knijp vervolgens de bloedende neushelft dicht op de neusvleugel. Doe dat met een lichte druk en houd deze druk minsten 10 tot 30 minuten aan.
- Als de neusbloeding niet gestopt is, herhaal je dit opnieuw gedurende 10 tot 30 minuten.
- Is de bloeding gestopt, laat de neus twee dagen rusten. Snuit of peuter dus niet !

## Wanneer zoek je advies op ?

Als je neus blijft bloeden nadat je op correcte wijze 10 tot 30 minuten druk uitoefende op de neusvleugels, ga je best naar de huisarts of de spoedgevallendienst. De behandelende arts zal dan afhankelijk van de toestand en ernst van de bloeding ofwel bloedstelpende watten (kompres) of een Merocele-neustampon in de neus plaatsen, of het bloedvaatje eventueel dicht laten branden door de neus-, keel-, oorarts. Als er geen actieve bloeding meer aanwezig is, kan het zijn dat de neus niet verder behandeld wordt.

