



Neusbloeding

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 bij de KNO-arts.

Inleiding

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 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 uit de neus).

De meeste (meer dan 75%) van de neusbloedingen 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, droogt het neusslijmvlies uit en veroorzaakt irritatie, waardoor er zich korsten vormen. Als deze korsten vervolgens losraken – doordat er aan gekrabd of gepeuterd of doordat de neus hard gesnoten wordt – kan het onderliggende slijmvlies beschadigd raken en gaan bloeden. 's Winters als er veel mensen verkouden zijn, komen neusbloedingen vaak voor. Verkoudheden veroorzaken uitdroging en 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 bloedverdunders (bijvoorbeeld aspirine, acenocoumarol, 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 (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) daarna de neus goed dicht tegen het neustussenschot gedurende tien minuten. Let goed op de tijd.
- Herhaal dit 10 minuten knijpen een tweede keer, indien het niet voldoende effect geeft;
- Vaak helpt het om een gedraaid propje watten voor in de neus te doen. Hierop kan ook xylometazoline/neusdruppels worden gedruppeld.
- Spoel de mond met ijskoud water; niet doorslikken.
- Leg een ijszak (gewikkeld in een handdoek) in de nek.

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

Wat u niet moet doen

- Ga niet liggen. Het bloed loopt dan sneller in de keel en in zittende houding is de bloeddruk in het hoofd ook 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

De volgende adviezen en gedragsregels gelden de eerste 2 à 3 dagen na een spontane neusbloeding, maar ook na behandeling van een neusbloeding:

- Snuit de neus niet nadat een neusbloeding is gestopt, anders raakt het stolsel te vroeg los.
- Vermijd drukverhoging in het hoofd: niet persen (wc), tillen, bukken, enz.
- Nies met de mond open.
- Eet niet te heet en/of te gekruid voedsel.
- Drink geen hete dranken (koffie, thee, soep) 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 droogt het slijmvlies uit.
- Drink geen alcohol.

Wanneer naar uw huisarts

U kunt met uw huisarts contact opnemen indien:

- Het bloeden doorgaat, nadat u twee keer tien minuten de neus dichtgeknepen heeft;
- U bloedverdunnende medicijnen gebruikt en regelmatig een neusbloeding heeft en
- 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 kan u vaak goed helpen met adviezen en eventuele aanpassingen van uw medicijnen. Soms wordt neuszalf voorgeschreven en/of xylometazoline neusspray of druppels.

2. **regelmatige kleine neusbloedingen**

Wanneer deze klacht niet reageert op de normale behandelingen en adviezen – zoals boven beschreven – 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 vorm van neusbloeding zal de huisarts vaak een neustampon inbrengen en – indien dit de bloeding niet tot staan brengt – 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 bloedvatje 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 indien mogelijk kan worden afgeslonken en verdoofd.

De verdoving en het afslinken

Van binnen is de neus gevoelig en soms nauw. De verdoving en het afslinken wordt meestal gedaan met watjes, die gedrenkt zijn in een verdovende vloeistof (xylocaine) en een slijmvlies afslinkende 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 verdoofd wordt. 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 dan soms even niet meer mogelijk. U bent dan aangewezen op mondademhaling.

Na een inwerkperiode wordt u weer in de spreekkamer geroepen en worden de watjes uit de verdoofde neus gehaald. 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

Meld bij uw behandelend arts *altijd te voren* als u een pacemaker of ICD (defibrillator) heeft.

Dichtetsen / aanstippen

Met behulp van een etsende vloeistof (bijvoorbeeld trichloorazijnzuur) 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. Deze behandeling kan om deze reden ook alleen in niet-bloedende omstandigheden 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 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 een enkel bloedend bloedvatje worden dicht gebrand (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.

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 of te ver naar achteren zit 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 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.

De meeste neustampons zijn tegenwoordig sponstampons.

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 paracetamol.

Bij een zeer ernstige bloeding achter in de neus wordt ook een afsluitend ballonnetje achter in de neusholte geplaatst. Met dit soort tampon (bellocq) wordt u altijd in het ziekenhuis opgenomen.

Neuszalf / neusspoelingen

Om de korstvorming (met of zonder behandeling) 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 2 tot 8 maal per dag aan met een pink voorzichtig voor 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. Doe dit zondig 2-6 maal per dag.

Een keukenzoutoplossing in de juiste samenstelling kunt u zelf maken door een afgestreken theelepeltje keukenzout op te lossen in een halve liter met lauw water.

Aanpassen medicijnen

Bloedverduunners

Bloedverdunnende medicijnen ('aspirine'-bevattende pijnstillers, zoals aspro, sinaspril, ascal, APC) laten bloed minder snel stollen. Een kapot bloedvatje bloedt dan langer 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 de advies van een dokter ascal, acenocoumarol, plavix of persantin als bloedverdunner gebruiken, dan is uw bloedverdunding mogelijk ontregeld (doorgeschoten); laat dit dan controleren bij uw (huis-)arts of specialist die deze medicijnen voorschrijft of bij de trombosedienst.

Neusnevel

Staak in overleg met uw arts (tijdelijk) de medicijnen die u in de neus moet vernevelen. 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.

Tot slot

Het is niet mogelijk om in deze folder alle details van een neusbloeding te beschrijven. Het kan zijn, dat u ondanks de uitleg in deze folder, nog vragen heeft of dat u meer informatie wilt. Aarzel dan niet contact op te nemen met uw (KNO-)arts en om nadere uitleg te vragen. Telefoonnummer polikliniek KNO (0475) 38 25 67.

U vindt deze folder ook op de website van het ziekenhuis (www.lzr.nl)

Voor meer informatie kunt u ook kijken op de website van de Nederlandse Vereniging KNO en Heelkunde www.KNO.nl

Laurentius Ziekenhuis
Mgr. Driessenstraat 6
(hoofdingang bereikbaar via de Oranjelaan)
6043 CV Roermond
www.lzr.nl

Patiëntencommunicatie Laurentius ziekenhuis
14287190 - KNO - december 2018