

Wat te doen bij een neusbloeding?

U hebt een neusbloeding gehad. Om uw neus weer tot rust te laten komen, geven wij u hieronder enkele instructies.

Houd het hoofd koel, letterlijk en figuurlijk

Vermijd alles wat de druk of de temperatuur in uw hoofd verhoogt.

Dit mag u niet doen:

- warm douchen
- heet eten
- bukken
- tillen
- persen
- sporten
- u zelf opwinden
- Drink geen dranken met koolzuur of alcohol.

Dit moet u juist wel doen:

- rust houden
- koele ruimtes opzoeken
- ijsblokjes in de mond nemen
- koud kompres op het voorhoofd of in de nek,

Wat moet u doen als uw neus weer gaat bloeden?

Wanneer uw neus weer gaat bloeden, snuit dan flink uit. Ga in een gemakkelijke houding zitten en knijp de neus vervolgens onder het botje stevig dicht met de vingers. Laat langzaam en voorzichtig los. Ga in ieder geval niet peuteren om korstjes los te krijgen. Door peuteren, te ruw snuiten of schoonmaken met een zakdoek kan opnieuw een bloeding ontstaan.

Let op bloeddruk en stolling

Als u bekend bent met hoge bloeddruk, ga dan naar uw huisarts om de bloeddruk te controleren en voor eventuele verdere behandeling. Wanneer u bloedverduunners gebruikt (Sintrom, Marcoumar, Aspirine of Ascal), overleg dan met uw behandelend arts of u die tijdelijk staakt. Als u vaak kleine of kortdurende bloedingen hebt, kan het helpen om gedurende twee weken wat neusdruppels (Otrivin of Nasivin) te gebruiken.

Spoeedgevallen

Bij spoedgevallen kunt u terecht op de polikliniek KNO-heelkunde, telefoon (070) 210 2602.

's Avonds en in het weekend neemt u contact op met de Spoedeisende Hulp, telefoon (070) 210 2060.

(Bewaar deze aanwijzingen in uw medicijnkastje)

Wat vindt u van deze patiënteninformatie?

Wij horen graag uw mening over deze folder. Wilt u na het lezen van de folder enkele vragen beantwoorden? De vragen vindt u via deze link: <https://folders.hagaziekenhuis.nl/2228>. Hartelijk bedankt alvast.

Spreekt u geen of slecht Nederlands?

De informatie in deze folder is belangrijk voor u. Als u moeite heeft met de Nederlandse taal, zorg dan dat u deze folder samen met iemand leest die de informatie voor u vertaalt of uitlegt.

Do you speak Dutch poorly or not at all?

This brochure contains information that is important for you. If you have difficulty understanding Dutch, please read this brochure with someone who can translate or explain the information to you.

Czy Państwa znajomość języka niderlandzkiego jest żadna lub słaba?

Informacje zawarte w tym folderze są ważne dla Państwa. Jeśli język niderlandzki sprawia Państwu trudność, postarajcie się przeczytać informacje zawarte w tym folderze z kimś, kto może Państwu je przetłumaczyć lub objaśnić.

Hollandaca dilini hiç konuşamıyor musunuz veya kötü mü konuşuyorsunuz?

Bu broşürdeki bilgi sizin için önemlidir. Hollandaca dilinde zorlanıyorsanız, bu broşürü, size tercüme edecek ya da açıklayacak biriyle birlikte okuyun.

إذا كنتم لا تتحدثون اللغة الهولندية أو تتحدثونها بشكل سيء إن المعلومات الموجودة في هذا المنشور مهمة بالنسبة لكم. إذا كانت لديكم صعوبة في اللغة الهولندية، فاحرصوا عندئذ على قراءة هذا المنشور مع شخص يترجم المعلومات أو يشرحها لكم.

185307032023