

Neusbloeding (bloedneus of epistaxis)

In deze folder leest u informatie over een neusbloeding (ook bloedneus of epistaxis genoemd) en kan aanvullende informatie geven op uw bezoek bij de KNO- of huisarts.

Wat is een neusbloeding?

Een neusbloeding is een vervelende aandoening. Ook al is er een kleine bloeding, toch lijkt het vaak een enorme hoeveelheid bloed. 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 achter/boven in de neus, zodat er vooral bloed achter in de keel loopt (en bijna niets vooruit 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. Daardoor ontstaan korsten. Als deze korsten losraken, doordat eraan wordt gekrabd, gepeuterd of doordat de neus hard wordt gesnoten, dan kan het onderliggende slijmvlies gaan bloeden. In de winter als veel mensen verkouden zijn, komen neusbloedingen vaker voor. De verkoudheden veroorzaken ook 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 gesprayd, verhoogde bloeddruk, het gebruik van bloedverdunners, 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 deze eenvoudige maatregelen:

- 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 tien minuten de neus goed dicht (let goed op de tijd).
- Herhaal deze procedure een tweede keer als de bloeding nog niet gestopt is. Vaak helpt het ook om een gedraaid propje watten voor in de neus te doen. Hierop kan ook xylometazoline (neusspray) worden gedruppeld.

Door deze handelingen ontstaat een bloedstolsel waardoor de bloeding stopt.

* 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 (zie foto).



Neus dicht knijpen

Wat moet u niet doen

- Ga niet liggen. Het bloed loopt dan sneller in de keel. In zittende houding is de bloeddruk in het hoofd ook het laagst.
- 'Rituelen', zoals een sleutel in de nek leggen, zijn soms nuttig om rustig te worden maar helpen niet bij het stoppen van de bloeding.
- Raak niet in paniek. Blijf rustig en kalm.
- Vermijd inspanning en opwinding. Dit laat de bloeddruk stijgen.

Belangrijke adviezen en gedragsregels bij een neusbloeding

De volgende adviezen en gedragsregels gelden de eerste 2 tot 3 dagen na een spontane neusbloeding.

Maar ook na de behandeling van een neusbloeding (zie verderop in deze folder).

- 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 etcetera).
- 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. Doe kinderen eventueel 's nachts handschoenen aan.
- Verhoog zo nodig de luchtvochtigheid in uw huis om korstvorming te voorkomen.
- Rook niet. Dit maakt de neus warmer van binnen.
- Drink geen alcohol.

Wanneer naar uw huisarts?

Neem contact op met uw huisarts als:

- Het bloeden doorgaat, nadat u twee keer tien minuten de neus dichtgeknepen heeft.
- U bloedverdünnende medicijnen gebruikt en regelmatig een neusbloeding heeft.
- 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.
1. Regelmatige kleine neusbloedingen die niet reageren op de hierboven genoemde maatregelen: u wordt doorgestuurd naar de KNO-arts (zonder spoed).
2. Een heftige ernstige neusbloeding die niet te stoppen is met dichtdrukken van de neus: bij deze vorm van neusbloeding brengt de huisarts vaak een neustampon in. Als dit de bloeding niet stopt verwijst de huisarts u met spoed door naar een KNO-arts.

Behandeling van een neusbloeding door de KNO-arts

De KNO-arts probeert het gemakkelijk bloedende vaatje te vinden om deze te behandelen. Dit gebeurt meestal volgens de volgende stappen:

Verdoving en afslinken

De verdoving en het afslinken wordt meestal gedaan met watjes, die gedrenkt zijn in een verdovende vloeistof (lidocaïne, tetracaïne) en een slijmvliesafslinkende 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 wat verdoofd wordt. De keel voelt gezwollen aan, maar is niet gezwollen. U kunt dus normaal slikken en ademen. Vaak zijn ook de boventanden en het gehemelte een tijdje gevoelloos.

Na de inwerkperiode (15 tot 45 minuten) wordt u weer in de spreekkamer geroepen en worden de watjes uit de verdoofde neus gehaald.

Inspectie

Nu kan de arts de neus grondig inspecteren, eventueel met een dun kijkbuisje. Als het bloedende vaatje gevonden wordt kan deze direct behandeld worden (zie **Vormen van behandeling** hieronder). 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.

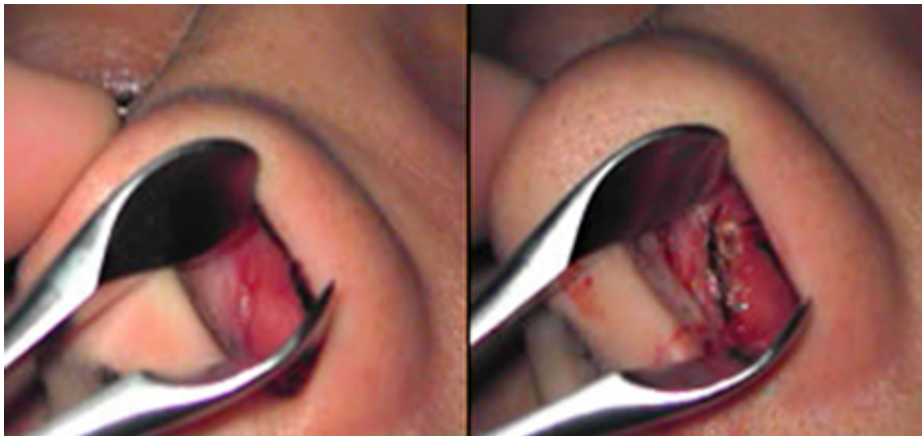
Vormen van behandeling

Dichttetsen

Na verdoving van het slijmvlies kan met een etsende vloeistof (bijvoorbeeld trichloorazijnzuur) oppervlakkig gelegen bloedvaatjes vóór op het neustussenschot worden dichtgeëtsd. Houd u het hoofd hierbij heel stil, zodat er geen zure vloeistof op verkeerde plaatsen wordt gemorst. Deze behandeling kan daarom ook alleen in niet-bloedende omstandigheid worden uitgevoerd. U kunt na deze behandeling op eigen gelegenheid naar huis, maar u moet zich wel houden aan de eerder genoemde adviezen en gedragsregels. Mogelijk voelt u na enkele 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 voor de andere kant een nieuwe afspraak maken.

Dichtbranden

Na verdoving van het slijmvlies van de neus kan met een klein 'soldeerboutje' een enkel bloedend bloedvaatje worden dichtgebrand. Houd u het hoofd hierbij heel stil. U kunt na deze behandeling op eigen gelegenheid naar huis, maar u moet zich wel houden aan de eerder genoemde adviezen en gedragsregels. Mogelijk ervaart u na enkele uren een branderig/prikkelend gevoel in de neus. Hiertegen kunt u paracetamol innemen. Bij jonge kinderen wordt deze behandeling onder een korte narcose uitgevoerd.



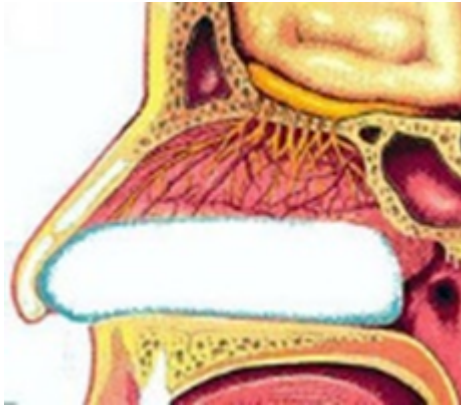
Het bloedvaatje op het neustussenschot voor en na het dichtbranden.

Tampon inbrengen

Soms is het noodzakelijk om de bloeding te stoppen door het inbrengen van een zogenaamde neustampon. Bijvoorbeeld wanneer de plaats van de bloeding niet exact is vast te stellen en dichtbranden 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 een hevige bloeding, vooral achter in de neus, wordt soms besloten tot opname in het ziekenhuis. U moet zich uiteraard ook houden aan de eerder genoemde adviezen en gedragsregels.

Er zijn verschillende soorten neustampons, zoals lange stroken vette gazen, ballontampons of zoals hier in het plaatje een zogenaamde sponstampon. Zolang de neustampon in de neus zit, kunt u niet door deze neusgang ademen. Hierdoor ontstaan vrijwel altijd snel hoofdpijn. U kunt hiervoor paracetamol nemen.



Neuszalf

Om 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 achtmaal per dag aan met een wattenstokje of een pink voorzichtig 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 zo nodig twee- tot zesmaal per dag.

* Een keukenzoutoplossing in de juiste samenstelling maakt u door een afgestreken theelepeltje keukenzout op te lossen in een bierglas (2dl) met lauw water dat heeft gekookt.

Medicijnen aanpassen

Bloedverdunners

Bloedverdunnende medicijnen laten het bloed minder snel stollen ('aspirine'-bevattende pijnstillers, zoals aspro, sinaspril, ascal, APC) . Een kapot bloedvatje bloedt dan langer door dan normaal. Stop zo mogelijk het gebruik van deze medicijnen in overleg met de arts die deze medicijnen heeft voorgeschreven. Het gebruik van paracetamol als pijnstiller is wel mogelijk zonder dat u daarmee de bloedstolling beïnvloedt.

Moet u op advies van uw dokter ascal, sintrom, sintromitis, marcoumar, plavix of persantin als bloedverdunner gebruiken? Dan is uw bloedverdunding mogelijk ontregeld? Laat dit dan controleren bij uw (huis)arts, (cardioloog/neuroloog/etcetera die deze medicijnen voorschrijft of bij de trombosedienst.

Neusnevel

Stop 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.

Contactgegevens

Als u vragen heeft, kunt u contact opnemen met de polikliniek KNO, bereikbaar:

- van maandag tot en met vrijdag
- van 8.30 - 16.30 uur
- telefoon Den Haag: (070) 210 2602, telefoon JKZ: (070) 210 7322, telefoon Zoetermeer: (079) 346 2593

Buiten deze uren kunt u in dringende gevallen contact opnemen met de afdeling Spoedeisende Hulp, telefoon Den Haag (070) 210 2060, telefoon Zoetermeer (079) 346 2626.

In het geval van een levensbedreigende situatie: bel altijd 112.

Zie ook onze website <https://www.hagaziekenhuis.nl/specialismen/kno/>

Wat vindt u van deze patiënteninformatie?

Wij horen graag uw mening over deze folder. Wilt u na het lezen enkele vragen beantwoorden? U vindt de vragen via deze link: <https://folders.hagaziekenhuis.nl/2228>. Dank u wel.

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.

