

KAKO PRAVILNO UKREPAMO PRI KRVAVITVI IZ NOSU

Ko otroku začne teči kri iz nosa, se večina staršev ustraši in pomisli na resno bolezen. V paniki se niti ne spomnijo, kako pravilno zaustaviti krvavitev.

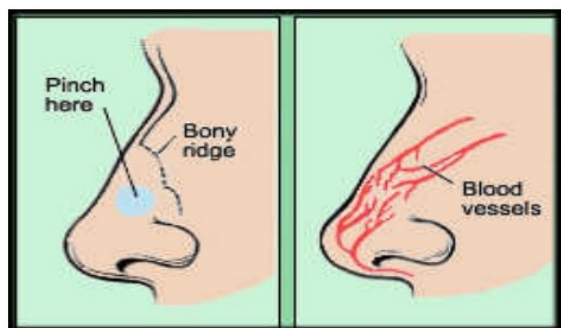
Krvavitev iz nosu je v otroškem obdobju pogosto stanje. Večinoma je blaga in se ustavi v 5 - 10 minutah z enostavnim ukrepom. Pri dojenčkih, ki so sicer zdravi, se običajno ne pojavlja. Najpogostejša je v zimskem času, ko je veliko prehladnih obolenj. Pri prehladu je nosna sluznica vneta, kar povzroči povečan pretok krvi v tem področju. Z agresivnim izpihovanjem nosne sluzi lahko počí ena izmed drobnih žilic in povzroči krvavitev.



Ostali možni razlogi so še poškodba v predel nosu oz. obraza, migrena in tudi tujek v nosu.

Kako pravilno zaustaviti krvavitev iz nosu?

Otrok, ki krvavi, naj sedi sam ali na naročju. Nato se nagne naprej ali nasloni s komolci na kolena ter s palcem in kazalcem ene roke stisne mehki del nosu, da sta nosnici tesno skupaj. Na tilnik položimo hladno obkladek (npr. mokro, ožeto brisačo). Če kri teče v žrelo, priporočamo, da kri izpljune in je ne požira. V tem položaju naj vztraja 20 minut.



Child sits in adults lap



© Kids Health Info RCH, Melbourne

V času prehladnih obolenj:

- Redno vlažite in zračite bivalne prostore.
- Poskrbite za vsakodnevne aktivnosti na svežem zraku.
- Otrok na dovolj pije ter uživa starosti primerno zdravo prehrano.
- Nos čistite s fiziološko raztopino, pri čemer naj poteka čiščenje z majhnim volumnom fiziološke raztopine in hkrati z majhnim pritiskom.

Če otrok pogosto krvavi iz nosu, se posvetujete z njegovim izbranim zdravnikom.