نزيف الأنف

العناية والوقاية

معظم حالات نزيف الأنف بسيطة والبعض فقط يكون خطير والقليل جدا يهدد الحياة . وينقسم نزيف الأنف إلى :

1- نزيف أمامى فيأتي الدم من إحدى فتحات الأنفي أو كلتيهما إذا كان المريض واقفا أو جالسا .

2- نزيف أنفي خلفي : فيأتي من داخل الأنف ويجرى إلى الفم والحلق حتى لو كان المريض جالسا أو قائما .

ومن الواضح أنه حتى لو كان المريض راقدا فإن الدم في حالات النزيف الأمامي سيجرى في الاتجاهين خاصة لو سعل المريض أو تمخط .و مـن المهـم التفريق بين النوعين و النزيف الخلفي أشد خطورة وغالبا ما يحدث في كبار السن ومرضى ضغط الدم أو في حالة إصابات الأنف أو الوجه. **أمـا في الأطفـال فالشائع هو نزيف الأنف الأمامي وهو يحدث في الأجواء الجافة إذ تجف أغشية الأنف فتكون فشور ثم تتشقق ويحدث النزيف. وللوقاية من ذلك يكفي وضع كمية بسيطة من المرهم أو الكريم على طرف الإصبع بداخل الأنف وبدلك به داخل الأنف خاصة الحاجز الأنفي ويكرر ذلك. فإذا استمر النزيـف يجـب استشارة الطبيب الذي قد ينصح بإجراء كي للوعاء الدموي المسبب للنزيف.**

لإيقاف نزيف أنف أمامي

1- امسك الجزء الأمامي من الأنف بين إبهامك و السبابة والوسطى .

2- اضغط بقوة في اتجاه الوجه ضاغطا بذلك الأنف في اتجاه عظام الوجه.

3- ابقي على هذا الوضع 5 دقائق .

4- اجعل مستوى الرأس أعلى من مستوى القلب وذلك بالجلوس أو الرقود رافعا الرأس لأعلى .

5- استخدم كمادات ثلج مجروش في كيس بلاستيك على الأنف والوجنتين .

لمنع حدوث نزيف الأنف بعد توقفه:

1- امتنع عن التمخط و عن حك الأنف .

2- لا تحزق أو ترفع شيئا ثقيلا.

3- اجعل الرأس دائما أعلى من مستوى القلب.

إذا تكرر النزيف

1- نظف الأنف من الدم المتجلط بالأنف وذلك بسحبه للداخل بقوة .

2- استخدم بخاخة مزيل الاحتقان للأنف 4 مرات في الجانبين .

3- أقبض الأنف بين الأصابع واضغطه تجاه الوجه.

4- استدع الطبيب.

متى تستدعى الطبيب أو تذهب للطوارئ بالمستشفي

- إذا لم يتوقف النزيف أو إذا استمر ظهوره .

- إذا كان النزيف سريعا أو كمية الدم المفقودة كبيرة .

- إذا شعرت بضعف أو وهن ؛محتمل أن يكون بسبب فقد الدم.

- إذا بدأ الدم في الرجوع للخلف داخل الحلق بكمية أكبر من ظهوره من فتحتي الأنف الأماميتين.