

Neusbloeding

Naar het ziekenhuis? Lees eerst de informatie op www.asz.nl/brmo.

**albert
schweitzer**

Inleiding

In deze folder leest u meer over een neusbloeding, ook wel bloedneus of epistaxis genoemd.

Een neusbloeding is een vervelende aandoening. Het lijkt vaak of er sprake is van een flink bloedverlies, ook al is er slechts een geringe bloeding. Het gaat meestal om een aderlijke bloeding van een klein bloedvaatje in het neusslijmvlies.

Bij kinderen en **jong** volwassenen gaat het meestal om bloedverlies uit een vaatje vóór op het neustussenschot. Bij ouderen bloedt er ook wel eens een bloedvaatje achter/boven in de neus, waarbij het bloed voornamelijk achter in de keel loopt en bijna niets aan de voorkant uit de neus.

Oorzaken

Een neusbloeding is bijna altijd onschuldig. Het heeft niets te maken met een hersenbloeding.

De lucht die door de neus stroomt, droogt het neusslijmvlies uit en veroorzaakt irritatie. Hierdoor ontstaan korsten. Als deze losraken door krabben, peuteren of hard de neus snuiten, kan het onderliggende slijmvlies beschadigd raken en gaan bloeden.

's Winters, als er veel mensen verkouden zijn, komen neusbloedingen vaker voor, omdat een verkoudheid uitdroging en ontsteking van het neusslijmvlies veroorzaakt.

De ontstekingsverschijnselen maken het neusslijmvlies nog kwetsbaarder. Bij kinderen is er vaak een allergie.

Daarnaast kunnen neusbloedingen worden veroorzaakt door een ongeluk van de neus; een klap of stoten. Ook directe beschadiging van het neusslijmvlies komt voor, bijvoorbeeld door medicijnen die in de neus worden verneveld of door chemische stoffen die het neusslijmvlies irriteren.

Verder kunnen verhoogde bloeddruk of het gebruik van bloedverdunners (bijvoorbeeld Aspirine, Sintrommitis, Plavix, Persantin) oorzaken zijn.

Een enkele keer kan door een misvorming binnen in de neus, bijvoorbeeld een gaatje in het neustussenschot, de kans op neusbloedingen vergroot zijn.

Wat kunt u zelf doen?

Meestal is een neusbloeding niet erg en gaat het vanzelf over of met een eenvoudige serie handelingen:

- Ga rechtop zitten met uw hoofd licht naar voren gebogen en adem rustig door uw mond.
- Snuit uw neus een keer goed uit.
- Knijp daarna uw neus stevig dicht gedurende tien minuten. Doe dit door duim en wijsvinger aan weerszijden van uw neus te plaatsen, vlak onder de plaats waar het bovenste harde stuk overgaat in het zachte gedeelte van uw neus, en stevig te knijpen.

Herhaal deze handelingen een tweede keer, als het de eerste keer onvoldoende effect heeft.

Vaak helpt het om na het snuiten en dichtdrukken van de neus een gedraaid propje watten voor in uw neus te doen. Hierop kunnen eventueel Xylometazoline neusdruppels voor een neusverkoudheid worden gedruppeld.

Dit veroorzaakt een bloedstolseltje op de plaats van de beschadiging in uw neus, waardoor de bloeding stopt.

Aandachtspunten tijdens de neusbloeding

- Een neusbloeding stopt sneller in zittende houding, omdat de bloeddruk in het hoofd dan het laagst is.
- Ga niet liggen; het bloed loopt dan gemakkelijk in de keel, waardoor u misselijk kunt worden.
- Bewaar vooral rust en kalmte.
- Vermijdt inspanning en opwinding; dit doet namelijk de bloeddruk stijgen.

Na de neusbloeding

De volgende adviezen en gedragsregels gelden de eerste twee tot drie dagen na een spontane neusbloeding, en ook na de behandeling van een neusbloeding (zie verder):

- Snuit uw neus niet nadat een neusbloeding is gestopt. Daardoor zou het korstje te vroeg losraken en de bloeding opnieuw beginnen.
- Peuter niet in uw neus. Doe kinderen eventueel ´s nachts handschoenen aan.
- Verhoog zo nodig de luchtvochtigheid in uw huis om korstvorming te voorkomen.
- Vermijd drukverhoging in het hoofd. Dus bijvoorbeeld niet persen tijdens stoelgang, zwaar tillen of bukken.
- Eet geen voedsel dat te warm en/of te gekruid is.
- Drink geen warme of koolzuurhoudende dranken. Door warmte zetten de bloedvaatjes uit, waarbij een bloeding het gevolg kan zijn. Koolzuurhoudende frisdranken werken prikkelend op de slijmvliezen, wat ook een bloeding kan geven. Neem geen hete baden, sauna's of douches. Een lauwe douche nemen mag wel.
- Rook niet. Dit maakt uw neus warmer van binnen en irriteert het neusslijmvlies.

- Drink geen alcohol. Door het gebruik van alcohol worden de bloedvaatjes wijder, waardoor sneller een bloeding kan ontstaan.

Naar de huisarts

U kunt contact opnemen met uw huisarts, als het bloeden doorgaat nadat u twee keer tien minuten uw neus dichtgeknepen heeft, volgens de aanwijzingen.

Ook als u regelmatig een neusbloeding heeft, terwijl u niet peutert en altijd zachtjes snuit, is het nuttig om een bezoek te brengen aan uw huisarts. Als u bloedverdunnende medicijnen gebruikt en regelmatig een neusbloeding heeft is een bezoek aan de huisarts ook op zijn plaats.

De huisarts onderscheidt drie soorten neusbloedingen:

- Een enkele keer een kleine neusbloeding.
De huisarts kan u vaak goed helpen met adviezen en eventueel aanpassingen van uw medicijnen. Soms wordt neuszalf voorgeschreven en/of Xylometazoline als neusspray of druppels.
- Regelmatige kleine neusbloedingen.
Wanneer deze klacht niet reageert op de behandeling en de adviezen die onder het kopje 'Wat kunt u zelf doen?' staan, wordt u doorverwezen naar de KNO-arts.
- Een heftige ernstige neusbloeding, die niet te stoppen is met dichtdrukken van uw neus.
Bij deze vorm van neusbloeding zal de huisarts vaak een neustampon inbrengen. Wanneer dit de bloeding niet tot staan brengt, wordt u met spoed doorverwezen naar een KNO-arts.

Naar de KNO-arts

Onderzoek

De KNO-arts zal eerst het bloedvaatje opzoeken, dat zo gemakkelijk gaat bloeden. Dan kan een behandeling van dit bloedvaatje worden bepaald.

Vorbereiding voor behandeling

Uw neus wordt eerst goed schoongemaakt. Van binnen is uw neus gevoelig. Dit is de reden waarom het slijmvlies van uw neus moet worden verdoofd. De neusgangen zijn soms wat nauw, als het slijmvlies opgezwollen is. De assistente of de KNO-arts zal een watje in de neusgang stoppen met een vloeistof die ervoor zorgt dat het slijmvlies wat slinkt en wat minder gevoelig wordt.

Het inbrengen van de watjes door de assistente of KNO-arts doet geen pijn, maar kan een kriebelig, vreemd gevoel en een vieze smaak geven.

Als de ernst van de neusbloeding het toestaat neemt u nu weer plaats in de wachtkamer om de verdoving te laten inwerken. Door de watjes in de neus kunt u even niet door uw neus ademen. Door de mond kunt u wel gewoon ademen.

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 dan wel normaal slikken en ademen maar uw keel voelt wat dik aan, al is het niet werkelijk gezwollen. Vaak zijn ook boventanden en gehemelte een tijdje gevoelloos.

Na de inwerkperiode worden de watjes uit uw verdoofde neus gehaald.

Nu kan een grondige inspectie plaatsvinden, eventueel met een dun kijkbuisje.

Behandeling door de KNO-arts

Er zijn diverse behandelingen mogelijk.

Dichtetsen

Met een etsende vloeistof kunnen oppervlakkig gelegen bloedvaatjes vóór op het neustussenschot worden dicht geëtsd. Het is belangrijk bij deze behandeling dat u uw hoofd heel stil houdt, zodat er geen etsende vloeistof op verkeerde plaatsen wordt gemorst.

Deze behandeling kan alleen worden gedaan, als er geen neusbloeding gaande is, omdat de neus schoon moet zijn om goed te kunnen etsen. Als u regelmatig bloedneuzen heeft uit beide neusgaten, zal er aan beide kanten van het neustussenschot geëtsd moeten worden. Er kan maar één kant tegelijk worden geëtsd, omdat anders de bloedvoorziening van uw neustussenschot tekort kan gaan schieten. Na een paar weken is de bloedvoorziening van de behandelde kant weer hersteld en kunt u de andere kant van het neustussenschot laten behandelen. Hiervoor wordt een nieuwe afspraak met u gemaakt.

U kunt na deze behandeling op eigen gelegenheid naar huis. U houdt zich aan de adviezen van bladzijde 3 bij het kopje 'Na de neusbloeding'.

Mogelijk ervaart u enige uren na de behandeling een branderig of prikkelend gevoel in uw neus. Zo nodig kunt u Paracetamol innemen.

Dichtbranden (coaguleren).

Met een klein 'soldeerboutje' kan een enkel bloedend bloedvaatje worden dichtgebrand. Het is belangrijk dat u uw hoofd hierbij heel stil houdt.

Bij jonge kinderen wordt deze behandeling onder een kortdurende narcose gedaan.

Ook na deze behandeling kunt u op eigen gelegenheid naar huis. U houdt zich aan de adviezen van bladzijde 3 bij het kopje 'Na de neusbloeding'.

Mogelijk ervaart u enige uren na de behandeling een branderig of prikkelend gevoel in uw neus. Zo nodig kunt u Paracetamol innemen.

Tamponneren

Als de plaats van de bloeding niet exact is vast te stellen, is het nodig om de bloeding te stoppen door inbrengen van een zogeheten neustampon. Dit heet het tamponneren van de neus. Het gebeurt heel voorzichtig en precies. Het inbrengen van een neustampon kan gevoelig zijn. Er zijn verschillende soorten tampons. De KNO arts beslist welke soort tampon voor u het meest geschikt is. Hierna kunt u op eigen gelegenheid naar huis.

De neustampon moet één tot drie dagen in uw neus blijven zitten. Zolang de neustampon in uw neus zit kunt u niet door dit neusgat ademen. Dit heeft vaak hoofdpijn tot gevolg. Deze kunt u bestrijden met Paracetamol.

Een neustampon wordt op de polikliniek weer uit de neus verwijderd. De arts kan dan de neus aan de binnenkant nog even controleren. Daarna houdt u zich aan de eerder genoemde adviezen.

Hevige neusbloeding

Bij een hevige neusbloeding, met name achter in de neus, wordt soms besloten tot opname in het ziekenhuis.

Nazorg

De verdoving is na ongeveer één uur uitgewerkt. Tot die tijd moet u voorzichtig zijn met eten en drinken, omdat u zich gemakkelijk kunt verslikken.

Neuszalf

Om de korstvorming (met of zonder behandeling) tegen te gaan en de genezing van uw neus te bevorderen, krijgt u vaak voor een paar weken neuszalf voorgeschreven. Breng de zalf twee tot acht keer per dag voorzichtig voor in uw neus aan, op het neustussenschot. Gebruik hiervoor een wattenstokje of uw pink. Smeer een beetje vaseline aan de binnenkant van uw neusvleugel en knijp daarna de neus even dicht. Hierdoor komt de vaseline ook op uw neustussenschot terecht zonder dat u het korstje per ongeluk open krabt.

Neus spoelen

Soms adviseert de KNO-arts u om uw neus te spoelen met een keukenzoutoplossing. Dit is om te reinigen en korstvorming tegen te gaan. Doe dit als het nodig is, twee tot vier keer per dag. Er is een aparte folder beschikbaar: 'Neusspoelen met zout water bij volwassenen'.

Aanpassen medicijnen

Pijnstillers

Als u regelmatig last heeft van neusbloedingen, of na een behandeling wegens neusbloedingen door de (KNO-)arts, is het aan te raden om geen pijnstillers te gebruiken die Aspirine bevatten, zoals Aspro, Ascal en APC. Deze pijnstillers hebben ook een bloedverdunnende werking; ze zorgen dat het bloed minder snel stolt. Een kapot bloedvaatje bloedt dan langer door dan normaal.

Staaak zo mogelijk het gebruik van deze medicijnen, uiteraard altijd in overleg met de arts die ze heeft voorgeschreven.

Als pijnstillert kunt u wel Paracetamol gebruiken, omdat dit medicijn de bloedstolling niet beïnvloedt.

Bloedverduunners

Als u door een arts bloedverduunners voorgeschreven gekregen heeft, zoals Ascal, Sintrom, Sintrommitis, Marcoumar, Plavix of Persantin, en u heeft nu regelmatig last van neusbloedingen, dan is uw bloedverduunning mogelijk ontregeld. Laat dit dan controleren door de arts die deze medicijnen aan u voorgeschreven heeft, of bij de trombosedienst.

Medicijnen die via een neusnevel gegeven worden

Als u medicijnen gebruikt die u in uw neus moet nevelen zoals Rhinocort of Flixonase, kan uw neusslijmvlies beschadigd worden door de kracht van de verneveling. Dit kan neusbloedingen veroorzaken. Het is daarom aan te raden om deze medicijnen (tijdelijk) te staken. Doe dit altijd in overleg met de arts die ze voorgeschreven heeft.

Neussprays als flixonase en rhinocort mogen soms jarenlang gebruikt worden om bijvoorbeeld neuspoliepen te voorkomen. Xylometazoline mag maar een paar dagen gebruikt worden. Dit staat ook op de bijsluitert.

Hoge bloeddruk

Als u een verhoogde bloeddruk heeft, laat deze dan behandelen. Hoge bloeddruk geeft een verhoogde kans op neusbloedingen.

Tot slot

Als u na het lezen van deze folder nog vragen heeft, dan kunt u van maandag t/m vrijdag tussen 08.00-12.00 uur en tussen 13.00-16.30 uur bellen met het Zorgplanbureau van de poli KNO, tel. (078) 654 71 00 of met de afdeling Dagbehandeling van locatie Zwijndrecht, tel. (078) 654 26 97.

Meer informatie over behandelingen en ziekten van Keel, Neus en Oren kunt u lezen op de website www.kno.nl. Wilt u meer informatie over het Albert Schweitzer ziekenhuis en de afdeling KNO, kijkt u dan op www.kno.asz.nl

Geef hier uw mening over deze folder: www.asz.nl/foldertest/



Deze folder is getest door een onafhankelijk patiëntenpanel

Albert Schweitzer ziekenhuis
januari 2025
pavo 0511