

鼻血って大丈夫！？



(2021/4/9)

「鼻血を繰り返すんです…。」というご相談をよくいただきます。原因としては花粉症やかぜ、鼻をほじるなど様々です。

また一度止まっても、**カサツタができる→気になって触る→再出血→…**と繰り返すことも度々です。適切な処置で短時間に止血した場合は大事に至るケースは稀ですが、お子さま・保護者の方が抱く不安は大きいです。いくつか気を付けていただきたいポイントがありますので、ここでご紹介します。



① 圧迫はしっかり！

鼻血は主に、出口付近内側の壁粘膜が傷ついて起きます。**鼻の付け根よりも穴をふさぐイメージ(いわゆる小鼻)でしっかり押さえましょう。5-10分ほどで止血する場合はほとんどです。**

ティッシュを詰める方法もありますが、**抜き出す際に粘膜を傷つけて再出血する可能性があるので注意が必要です。**

② 飲み込まずはき出して！

血がのどに流れることで、おせたい気持ち悪くなる場合があります。**前かがみにない外にたれ流すようにしましょう。**のどに流れてしまった分は、こまめに「ペッ！」とはき出すようにして下さい。

③ 怖い病気の可能性はほぼ0！

「白血病や悪性の病気ではありませんか？」というご心配をお聞きしますが、**“短い期間で繰り返す”程度なら可能性は低い**でしょう。ただし、適切な処置をしても30分以上続く場合は受診をおすすめします。

鼻血は、医療者とお子さま・保護者で印象の差がかなり大きいです。ご心配になられた場合は、遠慮なくご相談ください。

