



مرکز آموزشی و درمانی امیرالمؤمنین علی (ع)

مراغه

موضوع:

خونریزی از بینی (اپیستاکسی)



تهیه و تنظیم:

واحد آموزش

بهار ۱۴۰۱

در صورت بروز موارد زیر حتما به پزشک مراجعه

نمایید

- در صورتی که خونریزی از بینی بیشتر از ۳۰ دقیقه طول بکشد.
- احساس ضعف، خستگی، عدم توانایی برای تنفس
- سر درد
- سابقه‌ی جراحی بینی
- فشارخون بالا
- خونریزی شدید دو طرف
- احساس گیجی و منگی

Treatment of Nose Bleed

Breathe through Mouth  
 Pinch below bridge of Nose  
 Do not have casualty lean forward  
 Do not speak, sniff,  
 swallow, or spit  
 Repeat after 10 minutes  
 Do not blow nose for  
 several hours  
 Seek Medical Attention if  
 bleeding persists for more  
 than 30 minutes



چنانکه به اپیستاکسی دچار شدید و پزشک جهت درمان تامپون گذاری انجام داده است در منزل مراقبت های لازم را انجام دهید

- ✓ سرفه و عطسه تا زمانی که تامپون داخل بینی شماست، با دهان باز باید انجام شود
- ✓ از نشستن کنار بخاری با دمای بالا اجتناب کنید چون همین امر ( گرما ) موجب بروز اپیستاکسی می شود.
- ✓ هنگام خواب ۲ بالش در زیر سر قرار دهید
- ✓ از لباس‌هایی که یقه آنها تنگ است استفاده نکنید تا از آسیب به بینی جلوگیری شود
- ✓ داروهای خود را طبق دستور پزشک استفاده کنید. با مراقبت از خود از بروز مجدد اپیستاکسی پیشگیری کنید.



## اپیستاکسی (خونریزی از بینی) چیست؟

اپیستاکسی معمولاً به عنوان خونریزی بینی شناخته می‌شود و یک مشکل شایع در بسیاری از افراد به شمار می‌رود.

## اپیستاکسی به چه علت رخ می‌دهد؟

- تروماها یا ضربه به بینی : تروما می‌تواند به علت دستکاری بینی، وارد کردن اجسام خارجی، فین کردن بیش از حد و حتی در هنگام ضربه ناگهانی رخ دهد.
- التهاب : التهاب می‌تواند به علت آلرژی به چیزی خاص، یا حتی در اثر مصرف داروهای افشانه‌ای به وجود آید.
- تلانژکتازی ارثی هموراژیک : یک بیماری اتوزومال غالب است که موی رگها را ضعیف کرده و باعث خونریزی می‌شود ، اپیستاکسی راجعه یکی از ویژگیهای رایج این بیماری است

➤ فشار خون بالا

➤ مصرف الکل



➤ کمبود ویتامین C یا K

➤ تومورها

لازم به ذکر است میزان وقوع اپیستاکسی در فصل زمستان بیش تر است. هم چنین طی تحقیقاتی ثابت شده است که خونریزی بینی در کودکان بین ۱۰-۲ سال و بزرگسالان بین ۸۰-۵۰ سال شایعتر است.

## درمان اپیستاکسی

در اپیستاکسی‌های خفیف با پایین قرار دادن سر بیمار و کمپرس سرد روی پیشانی می‌توان اپیستاکسی را کنترل کرد. ولی در موارد شدید با استفاده از روش درمانی تامپون کردن اپیستاکسی را کنترل می‌کنیم که در این روش باندکشی آغشته به پماد تتراسایکلین بنا به دستور پزشک جهت ترمیم مخاط بینی داخل بینی گذاشته می‌شود.



در خونریزی‌های خفیف بینی که محل خونریزی مشخص باشد درمان کوتر بینی است که در این روش رگ خونریزی دهنده با استفاده از دستگاه کوتر سوزانده می‌شود.

در هنگام خونریزی با اعمال فشار مستقیم توسط شصت و انگشت اشاره به مدت ۱۵ دقیقه بر روی بینی می‌توانید خونریزی را کنترل نمایید در صورتی که قادر به توقف خونریزی نبودید به پزشک مراجعه کنید از فین کردن شدید در فصل زمستان به خصوص کسانی که سابقه خونریزی از بینی را دارند اجتناب کنند. به منظور پیشگیری از خشکی مجاری بینی در فصل سرد سال، با استفاده از بخور، رطوبت فراهم کنید.

## درمان اپیستاکسی

### A) اقدامات ساپورتیو

- جو را آرام کرده و به بیمار آرامش دهیم (حتی با تجویز آرامبخش)
- بیمار در حالت نشسته و خم شده به جلو با دهان باز قرار گرفته تا خون به جای بلعیده شدن، به بیرون بریزد.
- کمپرس سرد بر پشت گردن و پشت بینی می‌گذاریم
- فشار ملایم بر پره‌های بینی به مدت چند دقیقه
- در صورت ابتلا به HTN داروهای کاهنده فشار می‌دهیم
- مایع و افزایشدهی حجم پلاسما می‌دهیم
- اگر  $HCT < 50\%$  نرمال شود، انتقال خون لازم است.
- اگر بیمار داروی ضد انعقاد می‌خورد، تست‌های انعقادی را انجام می‌دهیم.