

鼻出血- NOSE BLEEDS (EPISTAXIS)

鼻出血是很常見和很少會是有危險的。鼻出血大多數是短暫的和會自動停止的。通常可壓迫鼻軟骨控制出血。阿斯匹靈和其他使血液稀釋的藥物可能引起時常或是增加鼻出血。

請小心遵照以下的指示：

- 嘗試在 2 4 小時內不要觸摸您的鼻子。
- 睡眠時用多個枕頭把頭部墊高。
- 避免用力做推，舉，拉和彎腰的動作。
- 您要告訴您的醫生如果您在服用阿斯匹靈和使血液稀釋的藥物。
- 服用醫生指定的藥物。
- 避免熱的飲品，吸煙和喝酒。
- 用口打噴嚏如果您要打噴嚏的時候。
- 用噴霧器／增濕器調和室內的乾度。
- 鼻裡的填充物不可自行取出，須待 1 - 3 天讓醫生取出。同時還需用由醫生指定的抗生素。如果在填充物附近或是您的喉嚨後面再出血，立即返回急症室。

如果沒有填充物在您的鼻裡：

- 要輕輕地當您需要去除鼻涕的時候。
- 用鹽水噴鼻，每天四次。
- 不要把手指，紙巾，紗布放進您的鼻裡。
- 用小量的 B A C I T R A C I N O I N T M E N T 塗入鼻孔裡，連繼四天可減輕乾燥。

如果病情惡化或有以下的情形發生，請馬上返回急症室或是見您的私人醫生：

- 雖然已經壓迫著鼻軟骨，但仍然出血超過 3 0 分鐘。
- 經常性的鼻出血。
- 留意到小便帶血。
- 任何事使您感到擔心和焦慮。

急症室每天 2 4 小時服務。