

Forholdsregler ved næseblod

Sådan standser du næseblod – og hvornår du skal søge akut hjælp.

Sådan gør du

Ved pludseligt opstået næseblod skal du læne dig hen over en vask og trykke fortil på næsen i 5 minutter. Hvis blodet løber ned i munden, så læn dig godt frem over vasken, så blodet kan løbe ud af munden. Prøv at undgå at synke det, og læg ikke hovedet bagover. Det er ikke farligt at synke blodet, men det kan give ubehag og kvalme.

Efter 5 minutter lettes der på trykket. Det er det bløde parti ved næseborene, der skal trykkes sammen – ikke over selve næseryggen/knoglen. Hvis det stadig bløder, da gentag med tryk i 5 minutter. Hvis muligt, så put gerne noget koldt hen over næseryggen (fx en pose frosne ærter), og hvis du har mulighed for det, tag en isklump i munden og pres den op mod ganen.

Løsn igen kompressionen. Hvis det fortsat bløder, da gentag.

Ring 112, hvis blødningen ikke aftager i løbet af 20 minutter med ovenstående tiltag, og fortæl, at du har kraftig næseblod. Klinikken kan **ikke** hjælpe med at stoppe pågående blødning.

Hvis du derimod selv har formået at stoppe det, og der har været et par episoder med gentagen spontan næseblod, er du meget velkommen til at kontakte os med henblik på undersøgelse og behandling.

Telefontider: mandag, tirsdag, onsdag og fredag kl. 9–11 · torsdag kl. 13–15. Ingen telefontid om fredagen i lige uger, da det er operationsdage. SMS-afbud: 51 91 26 51.