



بیمارستان روانپزشکی میلاد شیراز

بنیاد شهید و امور ایثارگران
بیمارستان روانپزشکی میلاد شیراز

خون دماغ

گروه هدف: مددجویان و خانواده



واحد آموزش

کدشناسه: MH/PFE/FO/12

ویرایش اول سال ۱۴۰۰

کمک های اولیه

شما می توانید به آسانی خون دماغ را در خانه متوقف کنید.

* آرام باشید: اگر کودکی خون دماغ شد به او اطمینان دهید که گریه کردن باعث وخیم تر شدن خونریزی می شود.

* راست بایستید و کمی به جلو خم شوید و بادوانگشت شست و سبابه بینی خود را بگیرید. و بالا تر از سوراخ ها قسمت نرم بینی خود را فشار دهید و به مدت ده دقیقه نگه دارید و به تدریج رها کنید. شما ممکن است این عمل را بارها تکرار کنید تا خونریزی قطع شود. از آنجا که خون برای لخته شدن به زمان نیاز دارد ممکن است خونریزی متوقف نشود برای قطع خونریزی باید بینی خود را فشار دهید و گرنه دوباره خونریزی می کند.

* زمانی که بینی خود را گرفته اید از دهانتان نفس بکشید.

* اگر بزاق خارج شده از دهان شما خونی باشد نباید آن را بلعید.

* قرار دادن یک تکه یخ یا پارچه سرد در بالای پیشانی یا بینی به شما کمک میکند.

عوارض احتمالی

علت بیشتر خون دماغ ها کم اهمیت هستند. بعضی از افراد ممکن است چندین بار در هفته خون دماغ شوند. خونریزی تاخیری که در خلف بینی اتفاق می افتد می تواند جدی باشد. گاهی اوقات خونریزی ناشی از یک مشکل خونی اساسی است که بسیار نادر است. بعلاوه در بعضی از افراد ممکن است خون زیادی از دست بدهند که باعث آنمی یا کم خونی می شود.

پیشگیری

- ۱) از دستکاری بینی خودداری شود.
 - ۲) از قرار گرفتن در محیط های خشک پرهیز شود (گذاشتن یک ظرف آب بر روی بخاری یا استفاده از بخور مرطوب)
 - ۳) در صورت تکرار خون دماغ حتما باید بیماریهای زمینه ای بررسی شود.
- اقداماتی که از خون دماغ پیشگیری می کند شامل
- * استفاده از مرطوب کننده ها
 - * نوشیدن مایعات فراوان
 - * استفاده از پمادهای ساختنی موضعی (به طور مثال وازلین)
 - * استفاده از پوشش در زمان ورزش کردن
 - * اجتناب از کشیدن سیگار

هو الشافی

خون دماغ چیست؟

خون دماغ خیلی شایع است و در تمام سنین اتفاق می افتد اما به طور کلی در کودکان دو برابر بزرگسالان است. بیشتر خون دماغ ها بی ضرر هستند و نیاز به درمان ندارد و معمولا زمانی که یک رگ خونی پاره می شود و خونریزی می کند اتفاق می افتد. مخاط بینی

عروق خونی فراوانی دارد که باعث گرم شدن هوا ی داخل بینی می شود این لایه بسیار نازک است و ممکن است به آسانی پاره و باعث خونریزی شود. عوامل که باعث خون دماغ می شود؟ تعدادی از فاکتورهایی که باعث خون دماغ می شود شامل:

* آب وهوای گرم و خشک، (در این آب وهوا عروق خونی به آسانی پاره می شود و خونریزی می دهند).
* عفونت و التهاب داخل بینی، سینوس ها و لوزه
* سرما خوردگی، آنفولانزا، آلرژی و تب بالا

* ضربه های وارده به بینی
* جسم خارجی داخل بینی
* دستکاری بینی

* مصرف داروهای مثل وارفارین، آسپرین، (داروهای رقیق کننده خون وضد التهاب)

* اختلالات انعقادی مانند کمبود پلاکت و سایر بیماریهای خونی.

*تومورهای خوشخیم و یا بدخیمی بینی و سینوس ها



درمان

در صورتیکه در بخش اورژانس هستید، پزشک مبادرت به پیدا کردن علت خونریزی می کند و آن را درمان می کند. برای خونریزی های شدید ممکن است تجویز خون یا سرم و انجام آزمایشات تکمیلی لازم باشد.

تعدادی از راههایی که خونریزی را متوقف می کند شامل:

۱) استفاده از محلول هایی که باعث انقباض عروق می شود، مانند محلول آدرنالین رقیق یا اپی نفرین.

۲) کوتر (ابزاری که موجب سوختن یا فریز کردن رگ خونی می شود و در بستن عروق خونی که زیاد نازک نیست استفاده می شود).

۳) پک کردن بینی تان (قرار دادن یک مش در داخل بینی)

۴) اگر بینیتان را پک کردید ممکن است که گاز به مدت ۲۴-۴۸ ساعت در آن فضا باقی بماند. برای برداشتن آن حتما به پزشک مراجعه کنید. برای جلوگیری از عفونت برای شما آنتی بیوتیک تجویز می شود

مراقبت در منزل
* استراحت کامل برای مدت ۱۲ تا ۲۴ ساعت بعد از خون دماغ

* اجتناب از مصرف نوشیدنی های گرم در کمتر از ۲۴ ساعت بعد از خون دماغ

* برای ۱۲ ساعت بینی خود را دستکاری نکنید.

* اجتناب از مصرف آسپرین، اگر پزشک شما برایتان

آسپرین تجویز کرده است در صورت امکان از اوپرسید که چگونه از خون دماغ پیشگیری کنید.

* در افراد با خشکی در بینی ممکن است پماد یا اسپری بینی کمک کننده باشد. در این مورد با پزشک خود مشورت کنید

20 MINUTES

