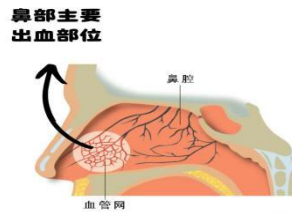


鼻出血了莫惊慌，见招拆招才重要



● 鼻子为什么会出血？

鼻腔表面有一层黏膜覆盖，平时负责维持鼻腔呼吸、调节温度等；黏膜内有血管，当血管破裂就会造成鼻出血。血管为什么会破裂？主要有鼻腔局部因素和全身因素。



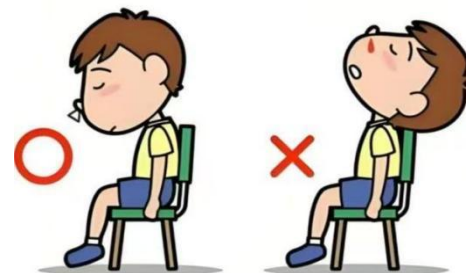
鼻腔局部因素主要指鼻腔及其周围的炎症(如过敏性鼻炎、鼻窦炎)、外伤(挖鼻、用力擤鼻、摔伤等)、畸形(鼻中隔偏曲等)、异物(小孩常见)等引起的鼻出血，还有少部分由肿瘤引起。



● 鼻出血了怎么办？

鼻出血的治疗一般遵循“急治其标缓治其本”的原则。流鼻血时莫要惊慌，保持镇定，先自行估计一下出血是否厉害以及出血量。多数流过鼻血的人尽管会反复出现轻微的出血事件，但一般家庭护理或仅仅观察即可。

当出血量不大时，正确的做法就是不要慌张，略微前倾低头、用拇指和食指按压鼻翼 10-15 分钟，通过指压可以压迫出血血管，减少出血，在出血的鼻孔一侧前端塞个棉球再按压效果会更好哦。有条件的还可以用冷毛巾敷前额或者后颈部，通过冷敷收缩血管，减缓出血。止血后可视情况再去医院进行进一步的检查和治疗。



武汉科技大学附属天佑医院
耳鼻喉病区电话：027-51228508