

Peter Stickeler
Christiane Kottig-Hilber
Heinrich Steibert



Hundemstr. 95a
57368 Lennestadt-Altenhundem
Tel. 02723 686 110
Fax 02723 686 1123
www.hausaerzte-lennestadt.de

Gemeinschaftspraxis für Allgemeinmedizin

Patienteninformation

Nasenbluten

Kinder haben es häufiger, aber auch bei Erwachsenen findet man es immer wieder: das Nasenbluten

Meistens wird es auch durch äußere Faktoren wie Schläge, Tritte, Stürze, Balltreffer oder Änderungen des Luftdrucks (Tauchen, Bergsteigen, Fliegen) hervorgerufen. Aber auch Medikamente wie Aspirin= ASS oder Marcumar können eine Ursache sein. 90% aller Nasenblutungen gehen vom vorderen Teil der Nase aus, und zwar meist von der Nasenscheidewand. Bei solchen Verletzungen kann die Blutung relativ schnell gestoppt werden. Z.B. durch Nasenpfropfen: Watte in die Nase stopfen, und dann bei aufgerichtetem Kopf die Nasenflügel zusammendrücken. Vorher sollte man sich noch kurz die Nase putzen, um Schmutz und Blutklumpen hinauszubefördern, die möglicherweise das rasche Schließen der Blutgefäße verhindern können. Noch effektiver ist es, die Blutung durch Kühlung zu stillen. Dazu drückt man einen mit eiskaltem Wasser (z.B. Leitungswasser mit zerstoßenen Eiswürfeln) getränkten Schwamm auf die Nasenwurzel. Zusätzlich kann man noch einen kalten Schwamm hinten auf den Nacken legen. Wenn kein Kühlmittel zur Hand ist, kann man das Nasenbluten oft über Reflexzonen der Hand stoppen. Dazu wird das Endglied des kleinen Fingers z.B. mit einem Schnürsenkel abgebunden, natürlich nicht zu lange.

Ein altes Hausmittel gegen Nasenbluten ist der Löschblatttrick: den Mund öffnen und ein ca. 4x1 cm großes Stück Löschblatt hoch oben zwischen Schneidezähne und Oberlippe legen. Dadurch wird ein Reiz ausgelöst, durch den sich die kleinen Gefäße der Nasenschleimhaut zusammenziehen. Den Kopf nach hinten legen bringt übrigens nichts. Hilft das alles nicht, muss unter Umständen der HNO-Arzt das betroffene Gefäß verschweißen. Sollten Sie ASS oder Marcumar nehmen, sollten Sie auf jeden Fall mit uns Kontakt aufnehmen, ob diese Medikamente abgesetzt werden können. Das ist allerdings nicht immer der Fall.