

## ATMINTINĖ

### **Patarimai pacientui ir jo artimiesiems apsilankius ligoninėje dėl kraujavimo iš nosies**

Nosies gleivinėje yra smulkių kraujagyslių tinklas. Jį dengia plonytė gleivinė, todėl nosies kraujagyslės yra lengvai pažeidžiamos. Kraujavimas iš nosies gali būti daugelio ligų požymis.

#### **Po atliktos kraujavimo iš nosies stabdymo procedūros grįžus namo patartina:**

- Iki 2-3 savaičių riboti fizinį krūvį (judriuosius žaidimus ir staigius judesius, ypač tuos, kuriems reikia palenkti galvą).
- Nekrapštyti nosies, nevalyti susidariusių krešulių (galima tik lengvai išpūsti nosį).
- Neduoti gerti karštų gėrimų (tą dieną), vengti kieto, sunkiai virškinamo maisto.
- Atsižvelgiant į vaiko svorį ir amžių, duoti gerti pakankamai negazuotų skysčių.
- Vėdinti ir drėkinti patalpas, esant sausam orui.

#### **Kaip elgtis pasikartojus kraujavimui iš nosies?**

- Nuraminkite vaiką, nes jaudinantis ir verkiant kyla kraujospūdis ir kraujas teka dar smarkiau. Vaiką pasodinkite, galvytę palenkite šiek tiek į priekį (**jokiu būdu negalima jos atlošti!**) ir pirštais suspauskite nosies šnervių sparnelius.
- Vaiko neguldykite, nes kraujas bėgs dar stipriau, tada jo gali patekti į kvėpavimo takus, mažylis gali užspringti, vemti.
- Į medžiagą, rankšluostį įvyniokite ledo arba sudrėkinkite šaltu vandeniu ir uždėkite ant nosies, ties tarpuakiu.
- Sustojus kraujavimui, vaiką galima paguldyti ant šono.
- Paaiškinkite, kad stipriai nepūstų nosies (tik lengvai išpūstų susidariusius krešulius).
- Neleiskite greitai keltis iš lovos (turėtų atsikelti lėtai, nuleisti kojas, pasėdėti keletą minučių ir tik tada palengva pradėti judėti).
- Jei minėtos priemonės buvo neveiksmingos, skubiai kreipkitės į gydytoją arba kvieskite greitąją medicinos pagalbą.

Vaikų ligoninės Vaikų ausų, nosies ir gerklės ligų skyriaus informacija