

流鼻血的緊急處置

半夜三點，一位焦急的母親抱著三歲大的小明衝進急診室，小明滿臉是血，媽媽則是用手捏住小明鼻樑處，急診護理師知道「流鼻血不止的病人來了」，於是先安撫小明及媽媽的情緒，教導媽媽用拇指、食指壓下鼻翼（即兩側鼻孔），立即協助掛號，會診耳鼻喉科醫師詳細檢查並給予適當的處置。

經過耳鼻喉科醫師仔細診治之後，大多數的病人可以回家休養，但返家後續照顧注意事項如下：

1. 流鼻血時宜坐直或稍微向前傾，如非必要請勿躺下。
2. 頭保持水平，不要向後仰；向後仰的姿勢會吞下鼻血，刺激胃。
3. 捏緊鼻樑下面，直到血停，此時請改用嘴巴呼吸。
4. 若無已知會導致流血的原因，經過 5-10 分鐘壓迫仍未止血，若沒有停止，就應出發到急診來找醫師。
5. 可以試著在鼻部冰敷，以促進血管收縮。
6. 血停之後，請不要用力的去擤鼻涕，以免再度出血，打噴嚏時請捏緊鼻孔，張開嘴巴。
7. 如果覺得有乾痂在鼻內，可以使用一點油膏來軟化，但不要用力去挖，以免再度流血。
8. 止血後 3-7 天內，請勿食用過熱或刺激性食物。
9. 反覆常常流鼻血，應該找耳鼻喉科醫師處置。



流鼻血時宜坐直或稍
微向前傾



捏緊鼻樑下面，直到血
停，此時請改用嘴巴呼
吸



可以試著在鼻部冰
敷，以促進血管收縮

護理部護理長 楊蓓菁