

## Nasenbluten

### Was ist „Nasenbluten“?

Die häufigste Form des Nasenblutens wird nicht durch ein Trauma ausgelöst, sondern es handelt sich um eine spontane Blutung, meistens aus einer Nasenöffnung. Die Blutung stammt von besonders zerreilichen dünnen Gefäßen an der Nasenscheidewand. Direkte Ursache des Nasenblutens ist das Einatmen von trockener Luft und Nasenschleimhautverdickungen, Krusten, Husten, Allergien.

### Therapie

In den meisten Fllen kommt es zu einem Stopp der Nasenblutung durch körpereigene Blutgerinnung. Man kann auch durch Kompression des Nasenflügels gegen die Nasenscheidewand über eine Dauer von minimal 5 Minuten die Nasenblutung zum Stillstand bringen. In seltenen Fllen ist ein Arzt aufzusuchen, der dann mit Hilfe eines sogenannten „Nasenspekulums“, dies ist ein trichterförmiges schmales beleuchtetes Instrument durch das man die Blutung in der Nase genau orten kann.

Auf folgende 2 Schritte sollte man bei der Behandlung achten:

#### Schritt 1:

Nicht hinlegen, sondern aufrecht sitzen oder stehen. Dies führt dazu, dass der Blutdruck in den Venen der Nase abnimmt und den Blutfluss reduziert.

#### Schritt 2:

Kompression der Nasenspitze zwischen Zeigefinger und Daumen und durch den Mund atmen. Dies sollte über eine Dauer von 5 bis 10 Minuten durchgeführt werden. Durch die Kompression von außen wird die Öffnung in dem kleinen venösen Gefäß komprimiert und verlegt, so dass es an dieser Stelle zu einem Verschluss des Gefäßes durch Thrombosierung kommt.

Man kann auch einen Eis-Pack auf die Nase applizieren, um dadurch eine Durchblutungsminderung durch Zusammenziehen der Gefäßwand zu erreichen. Die erwünschte Kältewirkung an der Nasenscheidewand tritt aber nur teilweise ein, so dass diese Maßnahme nicht so effektiv ist.

Falls die Blutung nicht zum Stillstand kommt, kann man zunächst selbst eine Tamponade der Nasenöffnung mit einem Papiertaschentuch oder dergleichen durchführen. Der behandelnde Arzt wird auf die Tamponade ein Anästhetikum und eine blutgerinnungsfrdernde Salbe applizieren.

### Was ist zu tun, wenn man zu Hause die Nasenblutung nicht zum Stillstand bringt?

In diesen Fllen ist entweder der Hausarzt oder Ambulanz eines Krankenhauses aufzusuchen. Hier wird entweder nochmal unter optischer Kontrolle die Blutung mit Hilfe einer Tamponade gestoppt oder mit Hilfe der Diathermie, d.h. durch lokale Verödung des Gefäßes mit einem dünnen pinzetenartigen Instrument verschlossen.

### Was kann man vorbeugend tun?

Bei häufigem Nasenbluten sollte zunächst eine Blutdruckkontrolle durchgeführt werden, um einen Bluthochdruck auszuschließen. Weiterhin sollte eine Blutgerinnungsstörung ausgeschlossen werden unter Einbeziehung des seltenen Faktor-XIII-Mangels und im Rahmen dieser Diagnostik sollten ebenfalls Erkrankungen des Blutes überprüft werden. Die Luftfeuchtigkeit in der unmittelbaren Umgebung sollte erhöht werden. Man sollte vermeiden, dass die Kinder wiederholt mit dem Finger in der „Nase bohren“ und man sollte auch

vermeiden, dass unmittelbar nach der Nasenblutung die Nase gereinigt wird, da es dadurch erneut zu einer Blutung kommen kann.