



اپیستاکسی (خونریزی از بینی)

اپیستاکسی به معنای خونریزی از بینی است که ممکن است در سنین مختلف اتفاق بیفتد و جنس مذکر و جنس مونث به طور مساوی مبتلا می‌شوند.

دو نوع خونریزی بینی وجود دارد:

الف - خونریزی جلوی بینی

این خونریزی از مجموعه‌ای از رگ‌های خونی جلوی تیغه بینی ناشی می‌شود. این نوع خونریزی بینی را می‌توان در خانه به راحتی کنترل کرد. علل شایع این نوع خون دماغ عبارتند از:

- | | | | |
|---|-------------------------|---|-----------------------|
| - | فین کردن شدید بینی | - | هوای گرم یا سرد |
| - | سرماخوردگی یا آنفلوآنزا | - | آلرژی‌ها |
| - | خشکی مخاط | - | انحراف تیغه وسط بینی |
| - | سینوزیت | - | بیماری کبدی |
| - | دستکاری بینی | - | مصرف الکل و مواد مخدر |



ب - خونریزی قسمت عقب بینی

خونریزی قسمت عقب بینی خیلی کمتر از خونریزی جلوی بینی اتفاق می‌افتد. این نوع خونریزی بینی در افراد مسن شایع‌تر است.

خونریزی پشت بینی می‌تواند خطرناک باشد و معمولاً نیاز به درمان پزشکی دارد. علل شایع این نوع خونریزی بینی عبارتند از:

- برخی داروها مانند وارفارین، هپارین، آسپیرین و بروفن
- بیماری های خونی مانند لوسمی و هموفیلی
- آترواسکلروز
- تومورها
- ضربه به سر و صورت
- عمل جراحی بینی
- مواد محرک شیمیایی مانند سیگار، بنزین، آمونیاک، اسید سولفوریک و...
- فشار خون بالا (عامل ایجاد کننده نیست ولی می تواند خونریزی بینی را تشدید نماید).

بیمار عزیز چنانچه شما دچار خونریزی از بینی می شوید رعایت موارد زیر می تواند در بهبود شما مؤثر باشد:



- از قرار گرفتن در محیط های خشک اجتناب کرده و تا چند روز پس از قطع خونریزی از دستگاه بخور سرد کنار تخت خواب، استفاده کنید.



- عطسه و سرفه با دهان باز انجام شود.
- از ضربه زدن به بینی به خصوص دستکاری بینی خودداری کنید.

- از زور زدن برای تخلیه بینی خودداری کنید.



- از فعالیت های شدید و برداشتن وزنه ۶-۴ هفته بعد از خونریزی خودداری نمایید.



- در صورت داشتن سابقه فشار خون بالا، جهت کنترل فشار خون به مراکز درمانگاهی مراجعه کنید.



- اگر از داروهای آسپرین دار (حاوی آسپرین) استفاده می‌کنید پس از مشورت با پزشک مربوطه مصرف آن را قطع یا به حداقل برسانید.

چنانچه خونریزی مجدداً اتفاق بیفتد به نکات زیر توجه کنید:

- اطراف سوراخ های بینی را به مدت ۱۰ دقیقه گرفته و محکم نگهدارید.
- بنشینید و سرتان را مقداری به سمت جلو خم نمایید (با دهان باز به نحوی که لخته های خون را بلع ننمایید).



- از کمپرس یخ استفاده کنید به طوری که کیسه یخ در پشت گردن و یا بالای بینی شما قرار گیرد.



- از اسپری های ضد احتقان بینی که هنگام ترخیص طبق تجویز پزشک به شما داده شده است استفاده کنید.
- در اسرع وقت به مراکز درمانی مراجعه نمایید.



واحد آموزش به بیمار- مجتمع آموزشی، پژوهشی و درمانی حضرت رسول اکرم (ص)

آموزش به بیمار

کد ۶۲



اپیستاکی (خونریزی از بینی)



تظیم: مهین قاسمی کارشناس ارشد آموزش به بیمار
نمایدکننده: دکتر اصلاان احمدی (فوق تخصص خبزه، عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی
ایران)

سال ۱۴۰۰

آدرس: خیلمان سارخان - خیلمان نیایش - مجمع آموزش درمانی حضرت رسول اکرم (ص) - تلفن: ۴۳۵۱۶

<http://hrmc.iums.ac.ir/>