

Neusbloeding

Een neusbloeding is meestal onschuldig, maar kan soms hevig of verontrustend zijn. Hieronder lees je wat je zelf kunt doen en wanneer medische hulp nodig is.

Vaak voorkomende oorzaken van een neusbloeding

- Droge lucht of verkoudheid
- Neus snuiten of pulken
- Neustrauma (stoot, val, ongeval)
- Hoge bloeddruk
- Bloedverdunnende medicatie zoals aspirine en anticoagulantia
- Neus- of sinusinfectie
- Andere oorzaken

Wat kan je zelf doen bij een neusbloeding?

1. Ga rechtop zitten en buig het hoofd licht voorover.
2. Knijp de neus dicht net onder het benige deel, **onafgebroken** gedurende **15 minuten**.
3. Adem rustig door de mond.
4. Leg eventueel een koud kompres op neus of nek.
5. Snuit de neus niet tijdens of vlak na het bloeden.

Meestal stopt de bloeding binnen 10 tot 20 minuten.

1. Hulp inschakelen

Bij een neusbloeding kan je terecht bij je huisarts of bij een Neus-, Keel- en Oorarts (NKO).

Ga naar de **Spoedgevallendienst** in deze gevallen:

- De bloeding duurt langer dan 20 minuten ondanks onafgebroken druk.
- De bloeding is zeer hevig of blijft terugkomen.
- De neusbloeding ontstaat na een ongeval of val.
- Je voelt je duizelig, zwak of onwel.

Als dat nodig is, zal de Spoedgevallendienst je doorverwijzen naar de dienst NKO.

Nabehandeling en tips

Na een neusbloeding is een goede nazorg belangrijk om het neusslijmvlies te laten genezen.

- Houd het neusslijmvlies vochtig, bijvoorbeeld met een zalf of neusspray met zoutoplossing.
- Vermijd neuspeuteren en krachtig snuiten.

Contactgegevens

Raadpleging Neus-, Keel- en Oorziekten

050 36 52 85

Huisartsenwachtpost

1733

Spoedgevallendienst AZ Sint-Lucas

050 36 91 12

Bij noodgevallen

112