

## Bloedneus

*Vrijwel iedereen heeft wel eens te maken gehad met een bloedneus. Hoe komt het dat de neus zo kan bloeden? En hoe kan je hier het beste mee omgaan?*

### Inleiding

Een neusbloeding is een vervelende aandoening. Ook al is het een geringe bloeding, toch imponeert het vaak als een enorme hoeveelheid. Het gaat meestal om een aderlijke bloeding van een klein bloedvatje in het neusslijmvlies. Een neusbloeding is bijna altijd onschuldig en heeft nooit iets te maken met een hersenbloeding.

Bij kinderen en jonge volwassenen bloedt er meestal een vaatje vóór op het neustussenschot. Bij ouderen bloedt er ook wel eens een bloedvatje achter/boven in de neus, zodat er vooral bloed achter in de keel loopt (en bijna niets voor uit de neus). De meeste neusbloedingen (meer dan 75%) ontstaan zonder duidelijke oorzaak; in 25% van de gevallen zijn er één of meerdere oorzaken aan te wijzen.

### Oorzaken

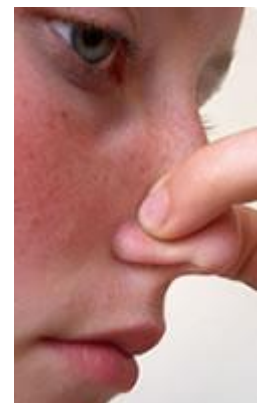
De lucht die door de neus stroomt, droogt het neusslijmvlies uit en veroorzaakt irritatie, waardoor er zich korsten vormen. Als deze korsten vervolgens losraken – doordat eraan wordt gekrabd of gepeuterd of doordat de neus hard wordt gesnoten – kan het onderliggende slijmvlies beschadigd raken en gaan bloeden. 's Winters, als er veel mensen verkouden zijn, komen neusbloedingen vaker voor; de verkoudheden veroorzaken eveneens uitdroging en ontsteking van het neusslijmvlies.

Daarnaast kunnen neusbloedingen worden veroorzaakt door een ongeluk van de neus (klap, stoten) of beschadiging van het neusslijmvlies (bijvoorbeeld door medicijnen die in de neus worden geneveld), verhoogde bloeddruk, het gebruik van bloedverdunners (bijvoorbeeld aspirine, sintrom, plavix en persantin), chemische stoffen die het neusslijmvlies irriteren en een enkele keer door een misvorming binnen in de neus (bijvoorbeeld een gat in het neustussenschot).

### Wat kunt u zelf doen?

Meestal is een neusbloeding niet erg en gaat vanzelf of met behulp van eenvoudige maatregelen over. Deze maatregelen zijn:

- ga rustig rechtop zitten met het hoofd licht naar voren gebogen en adem rustig door uw mond;
- snuit de neus een keer goed uit;
- knijp daarna de neus goed dicht gedurende tien minuten (let goed op de tijd). Op de foto ziet u hoe u duim en wijsvinger aan weerszijden van de neus moet plaatsen, vlak onder de plaats waar het bovenste harde stuk overgaat in het zachte gedeelte van de neus;
- herhaal deze procedure een tweede keer, indien het niet voldoende effect geeft;
- vaak helpt het om een gedraaid propje watten voor in de neus te doen (hierop kan ook xylometazoline (Otrivin<sup>®</sup>) worden gedruppeld).



#### Bezoekadressen:

Meander Medisch Centrum  
Maatweg 3  
3813 TZ Amersfoort

Locatie Baarn  
Molenweg 2  
3743 CM Baarn

Locatie Barneveld  
(Medisch Centrum de Burgt)  
Nederwoudseweg 17  
3772 TD Barneveld

Locatie Nijkerk  
(De Nije Veste)  
Oranjelaan 104  
3862 CX Nijkerk

#### Postadres:

Postbus 1502  
3800 BM Amersfoort

#### Telefoonnummers:

Algemeen: 033 – 850 50 50  
Afspraken: 033 – 850 60 70

#### KvK Gooi en Eemland:

32082917

[www.meandermedischcentrum.nl](http://www.meandermedischcentrum.nl)

Door deze handelingen ontstaat er een bloedstolsel waardoor de bloeding stopt.

**Wat moet u niet doen:**

- ga niet liggen (het bloed loopt dan sneller in de keel; bovendien is de bloeddruk in het hoofd in zittende houding het laagst);
- raak niet in paniek, maar bewaar vooral rust en kalmte;
- vermijd inspanning en opwinding (dit doet namelijk de bloeddruk stijgen).

Rituelen, zoals een sleutel in de nek leggen, zijn zinnig om rust te creëren, maar dragen op zich niet bij aan het stoppen van de bloeding.

## **Belangrijke adviezen en gedragsregels bij een neusbloeding**

De volgende adviezen en gedragsregels gelden de eerste 2-3 dagen na een spontane neusbloeding, maar ook na de behandeling van een neusbloeding (zie verder):

- snuit de neus niet nadat een neusbloeding is gestopt (anders raakt het stolsel te vroeg los);
- vermijd drukverhoging in het hoofd (niet persen (wc), tillen, bukken, etc.);
- eet niet te heet en/of te gekruid voedsel;
- drink geen warme of koolzuurhoudende dranken;
- neem geen hete baden, sauna's of douches (een lauwe douche kan geen kwaad);
- peuter niet in de neus (kinderen: eventueel 's nachts handschoenen aandoen);
- verhoog zonodig de luchtvochtigheid in uw huis om m.n. korstvorming te voorkomen;
- rook niet (maakt de neus warmer van binnen);
- drink geen alcohol.

## **Wanneer naar uw huisarts?**

U kunt met uw huisarts contact opnemen, indien:

- het bloeden doorgaat nadat u twee keer tien minuten de neus dichtgeknepen heeft;
- u bloedverdünnende medicijnen gebruikt en regelmatig een neusbloeding heeft;
- u regelmatig een neusbloeding heeft, terwijl u niet peutert en altijd zachtjes snuit.

## **De huisarts onderscheidt drie behandelingen van een neusbloeding**

### **Een enkele keer een kleine neusbloeding**

De huisarts kan u vaak goed helpen met adviezen en eventuele aanpassingen van uw medicijnen. Soms wordt neuszalf voorgeschreven (zie verder) en/of xylometazoline neusspray of druppels.

### **Regelmatige kleine neusbloedingen**

Wanneer deze klacht niet reageert op conservatieve behandeling en adviezen – zoals boven beschreven – wordt u doorgestuurd naar de KNO-arts (zonder spoed).

### **Een heftige ernstige neusbloeding die niet te stoppen is met dichtdrukken van de neus**

Bij deze vorm van neusbloeding zal de huisarts vaak een neustampon inbrengen en – indien dit de bloeding niet tot staan brengt – u doorverwijzen naar een KNO-arts.

## De behandeling van een neusbloeding door de KNO-arts

De KNO-arts zal eerst proberen het gemakkelijk bloedende, oppervlakkig liggende bloedvatje te vinden. Naar aanleiding van dit onderzoek dat pijnloos verloopt, wordt besloten hoe het bloedende vaatje het beste kan worden behandeld. Deze behandeling kan soms kortdurend pijnlijk zijn. De neus wordt eerst goed schoongemaakt, waarna het slijmvlies van de neus wordt afgeslonken en verdoofd.

## De verdoving en het afslinken

Van binnen is de neus gevoelig en soms nauw, zodat het slijmvlies van de neus eerst moet worden verdoofd en afgeslonken. De verdoving en het afslinken worden meestal gedaan met watjes, die gedrenkt zijn in een verdovende vloeistof (lidocaïne, tetracaïne) en een slijmvliesafslinkende vloeistof (xylometazoline). Al het slijmvlies dat met de verdovingsvloeistof in aanraking komt, raakt verdoofd.

Het inbrengen van de watjes door de KNO-arts doet geen pijn, maar kan een kriebelig, vreemd gevoel en een vieze smaak geven. Soms loopt de verdovingsvloeistof via de neus in de keel, zodat ook de keel enigszins verdoofd wordt. U kunt in dat geval echter normaal slikken en ademen; de keel voelt alleen dik aan, maar is niet werkelijk gezwollen. Vaak zijn ook de boventanden en het gehemelte een tijdje gevoelloos. Het aanbrengen van de verdoving neemt een paar seconden in beslag.

Met de inwerkende verdoving neemt u meestal (indien de ernst van de bloeding dat toestaat) weer plaats in de wachtkamer. Het ademen door de neus is soms dan even niet meer mogelijk. U bent dan aangewezen op mondademhaling.

Na een zo lang mogelijk inwerkperiode (tot 45 minuten) wordt u weer in de spreekkamer geroepen en worden de watjes uit de verdoofde neus gehaald. Grondige inspectie (eventueel met een dun kijkbuisje) en behandeling kunnen nu pas goed plaatsvinden. Dit kan door dichtetsen, dichtbranden of door een neustampon (tamponneren) gebeuren. De verdoving is na ongeveer één uur uitgewerkt. Tot die tijd moet u voorzichtig zijn met eten en drinken, omdat u zich gemakkelijk kunt verslikken.

## Vormen van behandeling door een KNO-arts

### Dichtetsen

Na verdoving van het slijmvlies kunnen met behulp van een etsende vloeistof (bijvoorbeeld trichloorazijnzuur) oppervlakkig gelegen bloedvatjes vóór op het neustussenschot worden dichtgeëtsd. Houd het hoofd heel stil, zodat er geen zure vloeistof op verkeerde plaatsen wordt gemorst. Deze behandeling kan om deze reden ook alleen in niet-bloedende omstandigheid worden uitgevoerd.

U kunt na deze behandeling op eigen gelegenheid naar huis, maar u moet zich uiteraard wel houden aan de eerder genoemde adviezen en gedragsregels. Mogelijk ervaart u na enige uren een branderig/prikkelend gevoel in de neus; hiertegen kunt u paracetamol innemen.

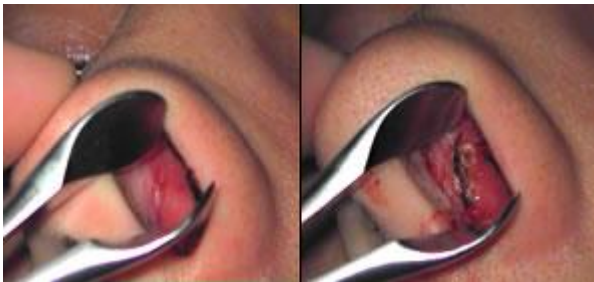
Er kan maar één kant tegelijk worden geëtsd, omdat er anders onvoldoende bloedvoorziening van het neustussenschot ontstaat. Moet u aan beide kanten worden geholpen, dan moet u eventueel voor de andere kant een nieuwe afspraak maken.

### Dichtbranden

Bij jonge kinderen wordt deze behandeling onder een kortdurende narcose uitgevoerd. Bij volwassenen is lokale verdoving mogelijk. Na verdoving van het slijmvlies van de neus kan met behulp van een klein 'soldeerboutje' een enkel bloedend bloedvatje worden dichtgebrand (coaguleren). Houd het hoofd hierbij heel stil.

U kunt na deze behandeling op eigen gelegenheid naar huis, maar u moet zich uiteraard wel houden aan de eerder genoemde adviezen en gedragsregels.

Mogelijk ervaart u na enige uren een branderig/prikkelend gevoel in de neus; hiertegen kunt u paracetamol innemen.



Op de twee foto's ziet u het bloedvatje op het neustussenschot voor (links) en na (rechts) het dichtbranden.

### **Tamponneren**

Soms is het noodzakelijk om de bloeding tot staan te brengen door inbrengen van een zogenaamde neustampon, bijvoorbeeld wanneer de plaats van de bloeding niet exact is vast te stellen en dichtbranden dus niet mogelijk is. Dit heet het tamponneren van de neus en gebeurt heel voorzichtig en precies. Een neustampon moet meestal door een (KNO-)arts uit de neus worden verwijderd na 24-72 uur.

Bij hevige bloeding, met name wanneer deze achter in de neus is gelokaliseerd, wordt soms besloten tot opname in het ziekenhuis. U moet zich uiteraard ook houden aan de eerder genoemde adviezen en gedragsregels.

Zolang de neustampon in de neus zit, kunt u niet door deze neusgang ademen. De hoofdpijn, die dan vrijwel altijd snel ontstaat, kunt u bestrijden met paracetamol.

### **Neuszalf**

Om de korstvorming (met of zonder behandeling) voorzichtig tegen te gaan en de genezing van de neus te bevorderen, krijgt u vaak van de KNO-arts voor een paar weken neuszalf voorgeschreven. Breng de zalf 2 tot 8 maal per dag aan met een wattenstokje of een pink voorzichtig voor in de neus op het neustussenschot. Soms adviseert de KNO-arts om de neus schoon te maken en korstvorming tegen te gaan door deze te spoelen met een zoutoplossing informatie hierover kunt u vinden in de folder 'Neusspoelen met zoutwater'. Doe dit zo nodig 2-6 maal per dag.

## **Aanpassen medicijnen**

### **Bloedverduuners**

Bloedverdunnende medicijnen ('aspirine'-bevattende pijnstillers, zoals aspro, ascal, APC) laten het bloed minder snel stollen. Een kapot bloedvatje bloedt dan langer door dan normaal.

Stak zo mogelijk het gebruik van deze medicijnen in overleg met de arts die het heeft voorgeschreven. Het gebruik van paracetamol is, als pijnstiller, wel mogelijk zonder dat u daarmee de bloedstolling beïnvloedt.

Moet u op advies van een dokter ascal, sintrom, sintromitis, marcoumar, plavix of persantin als bloedverdunner gebruiken, dan is uw bloedverdunding mogelijk ontregeld (doorgeschoten); laat dit dan controleren bij uw (huis)arts (cardioloog/neuroloog/etc.) die deze medicijnen voorschrijft of bij de trombosedienst.

### **Neusnevel**

Staat in overleg met uw arts (tijdelijk) de medicijnen die u in de neus moet nevelen. Door de kracht van de verneveling kan het slijmvlies beschadigen.

### **Medicijnen bij hoge bloeddruk**

Heeft u een hoge bloeddruk, laat deze dan controleren en gebruik zonnig medicijnen hiertegen.

### **Tot slot**

Als u nog vragen heeft, kunt u tijdens kantooruren contact opnemen met de polikliniek KNO. Hiervoor belt u naar het algemene nummer van Meander Medisch Centrum, 033 - 850 50 50, en vraagt naar de polikliniek KNO.

*Copyright © 2016 Nederlandse Vereniging voor Keel-Neus-Oorheelkunde en Heelkunde van het Hoofd-Halsgebied.*