

در صورت بروز خون دماغ چه کاری می توانم انجام دهم؟



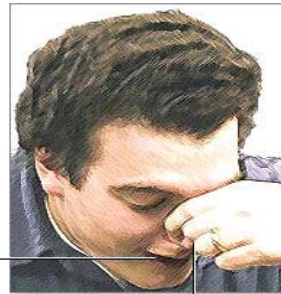
۱- خونسرد باشید و آرامش خود را حفظ کنید.

۲- به صورت کاملا صاف بنشینید و سر خود را کمی به جلو خم کنید.

بنشینید و کمی به سمت جلو خم شوید



با دهان نفس بکشید



سوراخ های بینی را محکم بگیرید

۳- از خم کردن سر به عقب و بالا خودداری کنید و یا دراز نکشید، این کارها باعث می شود خون به جای خروج از

شکستگی بینی، عارضه ای شایع به ویژه در جوانان است که معمولا در اثر انواع ورزش ها، تصادفات، سقوط از ارتفاع یا نزاع و درگیری ایجاد می شود و به ایجاد شکستگی در استخوانها یا غضروف بینی و یا تیغه میانی بینی گفته می شود که می تواند همراه با جابجائی قطعات باشد که در این صورت نیاز به جراحی خواهد داشت.



علائم شکستگی بینی چیست؟

از مهمترین علائم آن می توان به درد، تورم بینی، تغییر شکل و خمیدگی بینی، کبودی اطراف بینی یا چشم ها، آبریزش از بینی، گرفتگی بینی، خونریزی از بینی و ایجاد صدا هنگام لمس یا تکان دادن بینی، اشاره کرد.

شکستگی بینی چگونه تشخیص داده می شود؟

تشخیص آن اغلب بر اساس شرح حال، علائم و معاینات بالینی و گاهی تصویربرداری رادیولوژیک انجام می شود. اما سی تی اسکن تنها زمانی مورد نیاز است که سایر قسمت های سر یا صورت نیز آسیب دیده باشند.

بینی، از عقب وارد حلق شده و باعث تهوع، استفراغ یا سایر عوارض شوید.

۴- سعی کنید به آرامی در بینی خود بدمید تا خونی که در بینی جمع و احتمالا لخته شده است، تخلیه شود. باقی ماندن خون باعث انسداد مسیر تنفس و عوارض بعدی می شود.

۵- به هیچ وجه اجسامی مانند دستمال کاغذی، دستمال پارچه ای، پنبه و را وارد حفره بینی نکنید چون ممکن است به محل آسیب رگ و خونریزی برخورد کرده و خونریزی را تشدید کند.

۶- برای کنترل خونریزی از فشار مستقیم استفاده کنید. برای این کار با انگشت شست و اشاره، میانه بینی را در بالاترین قسمت نرم آن دقیقا پائین پل استخوانی بینی فشار دهید.

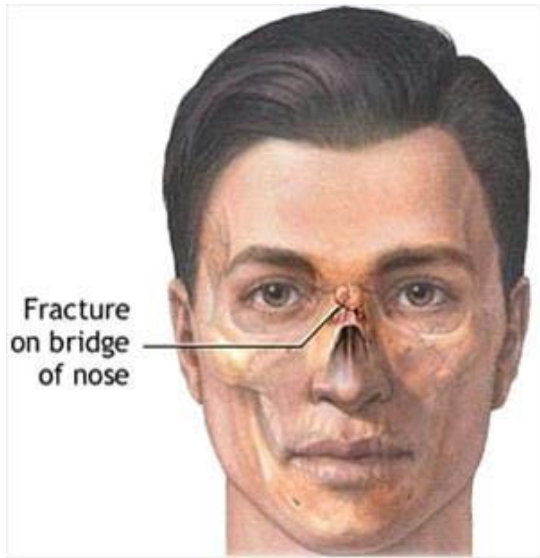
۷- به مدت ۱۰ دقیقه بینی را فشار دهید (برای کودکان ۵ دقیقه).





شکستگی بینی

(علائم، تشخیص و مراقبت)



بیمارستان گلдіس شاهین شهر- واحد آموزش به بیمار

تهیه و تنظیم: سیما بشاورد- کارشناس ارشد پرستاری

پاییز ۱۳۹۲- کد پمفلت: AW 1- 13

۶- اختلال دید یا دوبینی

۷- بروز کبودی شدید به شکل یک حلقه دور چشم

۸- تب بالای ۳۸ درجه

۹- ترشح آبکی و شفاف از بینی یا گوش که با خم کردن سر یا زور زدن تشدید شود.

۱۰- بروز سردرد شدید یا ناگهانی

۱۱- درد شدید یا سفتی گردن

۱۲- تهوع و استفراغ مکرر

منبع: دستورالعمل یکپارچه تریخیص از اورژانس- دیتا

سایت بیمارستان: www.goldis.mui.ac.ir

۸- در صورتی که خونریزی کنترل نشد می توانید مجددا بینی را برای ۱۰-۵ دقیقه فشار دهید یا از کمپرس یخ استفاده کنید.

۹- با انجام مراحل بالا باید خونریزی در کمتر از ۳۰ دقیقه کنترل و قطع شود. ولی اگر بیش از ۳۰ دقیقه طول کشید به مرکز پزشکی مراجعه کنید.

۱۰- پس از قطع خونریزی داخل حفره بینی را به آرامی با آب نمک و یا در صورت دسترسی با محلولهای نمکی (سرم شستشو) بشوئید تا خون و لخته های خشک شده پاکسازی شوند.

در صورت بروز چه علائمی مجددا به اورژانس یا پزشک مراجعه کنیم؟

۱- تشدید درد یا تورم که پس از گذشت ۲۴ ساعت با انجام روشهای فوق بهبود نیابد.

۲- بروز خونریزی شدید از بینی که با روش های فوق متوقف نشود.

۳- تنگی نفس یا هرگونه تغییر در وضعیت تنفس

۴- تورم تیغه میانی بینی یا کبودی و تجمع خون در آن

۵- احساس انسداد شدید یا کامل یکی از سوراخ های بینی