

RECOMENDACIONES PARA UN PACIENTE CON EPISTAXIS

¿QUÉ ES? Epistaxis (sangrado nasal). Le hemos colocado un taponamiento nasal anterior. Esto es introducirle una “esponja” o gasa en el interior de la nariz con el fin de parar la hemorragia.



CUIDADOS GENERALES

Para el cuidado tras epistaxis:

- Es normal un ligero manchado de color parecido al agua de lavar carne. Es el resultado del suero que desprende la sangre al coagularse.
- Evite hacer esfuerzos bruscos como sonarse la nariz, estornudar, agacharse o cargar pesos.
- Evite los ambientes secos (calefacción), el consumo de alcohol y tabaco.
- Cuando se acueste mantenga una postura semiincorporada. Le ayudará a respirar con más comodidad.
- Acuda a retirar el taponamiento nasal a las 24- 48h. en la consulta de enfermería si no ha sido retirado por su médico u otorrino. Al retirarlo puede sangrar un poco.

OBSERVE

- Si el sangrado persiste.
- Si tiene fiebre, náuseas o vómitos en días sucesivos

DEBE ACUDIR DE NUEVO A UN SERVICIO DE URGENCIAS

COMO ACTUAR SI VUELVE A TENER SANGRADO

- Apriete su nariz con los dedos índice y pulgar durante 20 minutos ininterrumpidos y siéntese con el cuerpo ligeramente inclinado hacia delante.
- No eche su cabeza hacia atrás, tragaría la sangre lo que le puede provocar vómitos.
- Introduzca una gasa humedecida con agua oxigenada, en la fosa nasal que sangra.
- **Si en 30min. no ha cesado la hemorragia acuda a un servicio de Urgencias.**