



ایستاکسی



تهیه کننده :

سیمین محمدی

سوپروایزر آموزش سلامت

تأیید کننده:

دکتر اکبر پیرزاده

متخصص گوش حلق بینی فلوشیپ اتولوژی

آخرین بازنگری پاییز ۱۴۰۱

مقدمه

خون دماغ که به آن ایستاکسی نیز گفته می‌شود، در واقع عبارتی است که به از دست دادن خون از بافتی که داخل بینی را پوشانده است اشاره دارد. خونریزی بینی زمانی اتفاق می‌افتد که رگ‌های خونی پوشاننده بینی آسیب دیده و خونریزی می‌کنند و به دو صورت قدامی و خلفی می‌باشد.

قدامی (خونریزی از قسمت جلوی بینی)

خلفی (خونریزی از قسمت عقب و داخلی بینی)

علل خونریزی از بینی:

واکنش آلرژیک، ضربه دیدن بینی، عفونت دستگاه تنفسی فوقانی، فرو کردن شی خارجی در بینی، عطسه‌های مکرر، حساسیت به مواد شیمیایی، تمیز کردن بینی، هوای سرد، دوز بالای آسپرین، اختلال در انعقاد خون، فشار خون بالا، اختلال تشکیل لخته خون و سایر...

درمان :

درمان بیماران بسته به نوع و علت آن متفاوت خواهد بود و تصمیم گیرنده نهایی بعد از بررسی عوامل ایجاد کننده خونریزی، پزشک معالج خواهد بود.

- جا اندازی شکستگی: در صورتی که عامل خونریزی باشد
- خارج کردن جسم خارجی: در صورتی که عامل خونریزی باشد
- گذاشتن تامپون در بینی به نحوی که کل سوراخ بینی را پر کند از درمان‌هایی است که معمولاً برای جلوگیری از خونریزی بینی انجام می‌شود، در این حالت پزشک باندی با طول بلند و آغشته به پماد را وارد سوراخ بینی می‌کند، وجود این باند سبب می‌شود به ناحیه خونریزی فشار وارد شده و خونریزی متوقف شود، معمولاً پزشکان این تامپون‌ها را بعد از ۴۸ ساعت از بینی خارج می‌کنند.

اگر خونریزی از قسمت خلفی باشد، پزشکان از تامپون خلفی برای بند آمدن خونریزی استفاده می‌کنند؛ بدین صورت که تامپون را در عقب‌ترین قسمت بینی یعنی دقیقاً همان جایی که به حلق متصل می‌شود قرار می‌دهند.

در صورتی که خونریزی به وسیله یک رگ بزرگ و مشخص ایجاد شده باشد باید از «کوثر الکتریکی» استفاده کرد که در بین عوام به سوزاندن رگ معروف بوده و از دستگاهی شبیه هویه استفاده می‌شود و در نتیجه این کار نیز زخمی ایجاد می‌شود که پس از ۱۰ روز بهبود یافته و خونریزی کاملاً قطع می‌شود.»

تجویز داروهای سیستماتیک



در چه شرایطی برای خون دماغ به بیمارستان مراجعه کنیم؟

- اگر بعد از ۱۵ تا ۲۰ دقیقه اعمال فشار مستقیم روی بینی خونریزی متوقف نشود.
- خونریزی سریع و از دست دادن خون شدید است (بیش از یک فنجان)
- وجود مشکل در تنفس
- استفراغ به دلیل بلعیدن خون زیاد
- خونریزی بینی به دنبال ضربه‌ای به سر یا آسیب جدی (مانند سقوط، تصادف، رانندگی، ضربه به صورت یا بینی) رخ داده باشد.

مراقبت های بعد از خونریزی بینی (ایستاکسی)

- آرامش خود را حفظ کنید.
- صاف بنشینید، بدن و سر خود را کمی به جلو خم کنید.
- این کار از جاری شدن خون در گلو جلوگیری کرده و مانع از تهوع، استفراغ و اسهال می شود. توجه داشته باشید که در زمان خون دماغ شدن دراز نکشید یا سر خود را بین پاهایتان قرار ندهید.
- از طریق دهان نفس بکشید.
- برای جلوگیری از ریختن خون از دستمال کاغذی یا یک دستمال مرطوب استفاده کنید.
- با استفاده از انگشت شست و اشاره، قسمت نرم بینی را به هم نزدیک کرده و فشار دهید. اطمینان حاصل کنید که قسمت های نرم را به برآمدگی استخوانی سختی که پل بینی را تشکیل می دهد، فشار دهید. فشردن قسمت های نرم در قسمت استخوانی بینی یا بالای آن می تواند به توقف خونریزی کمک کند.
- قبل از اینکه دستتان را برای بررسی اینکه آیا خونریزی قطع شده است یا خیر بردارید باید حداقل به مدت پنج دقیقه به فشردن آن ادامه دهید. اگر خونریزی همچنان ادامه دارد، برای ۱۰ دقیقه دیگر به فشار دادن بینی ادامه دهید.
- در صورت تمایل می توانید یک کیسه یخ را روی پل بینی خود قرار دهید تا با انقباض رگ های خونی - که باعث کاهش خونریزی می شود - به توقف خونریزی کمک کنید. البته این مرحله ضروری نیست و در صورت تمایل می توانید آن را امتحان کنید.
- پس از توقف خونریزی، خم نشوید، به خودتان با هل دادن، کشیدن یا بلند کردن بار سنگین فشار وارد

- نکنید. همچنین به مدت چند روز از دمیدن پرفشار در بینی یا مالش دادن آن خودداری کنید
- ممکن است در اثر مصرف برخی تنقلات و مواد غذایی همچون چیپس و ترشی در افراد حساسیت بروز نماید لذا بهتر است از مصرف آن ها خودداری کنید.
- به منظور ایجاد تسریع در روند بهبودی خود می توانید اقدام به شستشوی دهان خود با سرم نمکی پس از هر وعده غذایی نمایید.



برای پیشگیری از خونریزی بینی چه کارهای انجام دهیم؟

- استفاده از قطره های بینی نمکی و ژل های محلول در آب و پماد چشمی مناسب در بینی برای مرطوب نگه داشتن مخاط بینی
- استفاده از دستگاه رطوبت ساز در محیط خود جهت پیشگیری از خشک شدن دماغ
- خودداری از باد کردن یا دمیدن شدید به داخل بینی
- جلوی عطسه خود را نگیرید و همیشه با دهان باز عطسه کنید
- از قرار دادن جسم خارجی داخل بینی خودداری کنید

- مصرف داروهایی را که می توانند خونریزی را افزایش دهند - مانند آسپرین و ایبوپروفن و وارفارین (کومادین) و داروهای ضد التهابی فقط باید تحت نظارت پزشک انجام شود.
- اگر علائم آلرژی بینی شما کنترل نمی شود، به پزشک مراجعه کنید.
- ترک سیگار ؛ سیگار کشیدن بینی را خشک کرده و باعث تحریک آن می شود
- استفاده از محافظ مناسب صورت در صورت انجام فعالیت هایی که می توانند منجر به آسیب دیدگی صورت و بینی شوند.
- ناخن های کودکان را برای جلوگیری از آسیب به غشای داخلی بینی و رگ های ظریف خونی آن، کوتاه نگه دارید.



- پرستاری داخلی جراحی برونر - سودارت (گوش ، حلق ، بینی) . لیلیان شولتیس. ترجمه مرتضی دلاورخان، پروانه بیشه بان. ۲۰۱۴. ۵۲-۴۴.