

## **Ρινορραγία**

Η ρινορραγία (αλλιώς επίσταξη) είναι η απώλεια αίματος από τον ιστό που επενδύει τη μύτη. Η αιμορραγία τυπικά συμβαίνει μόνο σε ένα ρουθούνι αλλά σε μεγάλες ρινορραγίες μπορεί να φαίνεται ότι συμβαίνει και στα δυο ρουθούνια

Οι ρινορραγίες είναι πολύ συνηθισμένες κυρίως στα μικρά παιδιά. Οι περισσότερες ρινορραγίες συμβαίνουν εξαιτίας μικρών ερεθισμών ή κρυολογήματος. Μπορεί να τρομάζουν κάποιους ασθενείς, αλλά σπάνια είναι απειλητικές για τη ζωή.



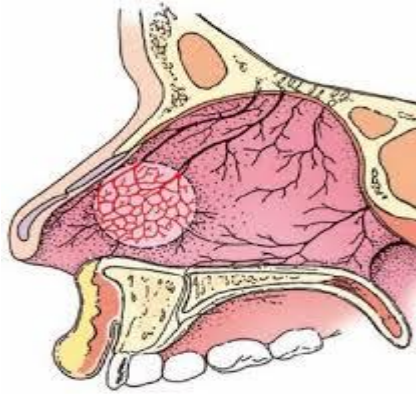
### **Γιατί;**

Η μύτη περιέχει πολλά μικρά αγγεία που αιμορραγούν εύκολα. Η αέρας που μετακινείται στη μύτη μπορεί να ξηράνει και να ερεθίσει το βλεννογόνο που επενδύει τη μύτη, δημιουργώντας τοπικό ερεθισμό και κρούστες. Το τρίψιμο ή φύσημα της μύτης μπορεί να πυροδοτήσει μια μικρή αιμορραγία.

Ο ρινικός βλεννογόνος μπορεί να ξηρανθεί και να ερεθιστεί από χαμηλή υγρασία, αλλεργίες, κρυολογήματα ή παραρρινοκολπίτιδα. Έτσι, οι ρινορραγίες συμβαίνουν πιο συχνά το χειμώνα, όταν οι ιοί είναι συχνοί και ο θερμός εσωτερικός αέρας ξηραίνει τα ρουθούνια. Ένα στραβό διάφραγμα, ξένο σώμα στη μύτη ή άλλο είδος απόφραξης μπορεί επίσης να προκαλέσει ρινορραγία.

### **Που;**

Οι περισσότερες ρινορραγίες συμβαίνουν στο πρόσθιο τμήμα του διαφράγματος, δηλαδή στον ιστό που διαχωρίζει τις δύο πλευρές της μύτης. Το διάφραγμα περιέχει πολλά ευαίσθητα αγγεία στο πρόσθιο τμήμα του, και εκεί είναι που είναι περισσότερο εκτεθειμένο. Αυτός ο τύπος ρινορραγίας είναι εύκολο να αντιμετωπιστεί από έναν εκπαιδευμένο επαγγελματία.



Λιγότερο συχνά, οι ρινορραγίες μπορεί να συμβούν ψηλότερα στο διάφραγμα ή βαθύτερα στη μύτη. Αυτές οι ρινορραγίες είναι δυσκολότερο να αντιμετωπιστούν.

### **Αίτια**

- Αλλεργική ρινίτιδα
- Ενσφηνωμένο αντικείμενο στη μύτη
- Βαρότραυμα
- Πολύ δυνατό φύσημα της μύτης
- Χημικά ερεθιστικά
- Άμεσος τραυματισμός της μύτης, περιλαμβανομένου της σπασμένης μύτης
- Πείραγμα της μύτης
- Υπερβολική χρήση αποσυμφορητικών ρινικών σπρέι
- Επαναλαμβανόμενο φτάρνισμα
- Χειρουργείο στο πρόσωπο ή τη μύτη
- Λήψη μεγάλης δόσης ασπιρίνης ή αντιπηκτικών φαρμάκων (Sintrom, Plavix)
- Λοίμωξη ανώτερου αναπνευστικού
- Πολύ κρύος ή πολύ ξηρός αέρας

### **Πρώτες βοήθειες**

Καθίστε και πιέστε ελαφρά το μαλακό τμήμα της μύτης μεταξύ αντίχειρα και δείκτη (ώστε τα ρουθούνια να είναι κλειστά) για 10 ολόκληρα λεπτά. Σκύψτε μπροστά για να μην καταπιείτε το αίμα και αναπνεύστε από το στόμα. Περιμένετε τουλάχιστον 10 λεπτά πριν ελέγξετε αν σταμάτησε η αιμορραγία. Κάποιες ρινορραγίες μπορούν να αντιμετωπιστούν με τον τρόπο αυτό, εάν δοθεί αρκετός χρόνος ώστε να σταματήσει η αιμορραγία.

Μην ξαπλώνετε εάν έχετε ρινορραγία. Θα πρέπει να αποφύγετε το ρούφηγμα ή φύσημα της μύτης για αρκετές ώρες μετά από μια ρινορραγία.

### **Πότε να Επικοινωνήσετε με το Γιατρό**

- Η αιμορραγία δεν σταματήσει μετά από 20 λεπτά, ή εάν με την πίεση τελικά το αίμα παροχετεύεται από το στόμα
- Η ρινορραγία συνέβη μετά από τραυματισμό στο κεφάλι - μπορεί να υπάρχει κάταγμα στο κρανίο και θα πρέπει να ληφθούν ακτινογραφίες
- Εάν οι ρινορραγίες είναι επαναλαμβανόμενες

Η αντιμετώπιση εστιάζεται συνήθως στο αίτιο των ρινορραγιών και μπορεί να περιλαμβάνει:

- Έλεγχο της αρτηριακής πίεσης
- Σύγκλειση των αιμοφόρων αγγείων χρησιμοποιώντας θερμότητα, ηλεκτρικό ρεύμα ή μπατονέτες νιτρικού αργύρου
- Τοποθέτηση αιμοστατικών γαζών μέσα στη μύτη
- Ανάταξη μιας σπασμένης μύτης ή αφαίρεση ξένου σώματος
- Μείωση της ποσότητας των αντιπηκτικών ή διακοπή της ασπιρίνης