

鼻出血

鼻血は自分でいじったときや鼻を強くかんだときに起きやすいが、突然出ることもある。
アレルギー性鼻炎や鼻の入り口に湿疹や炎症がある場合、鼻がかゆくていじるため鼻血が出やすくなる。

圧迫止血法

- ① 体を起こした態勢をとらせる。

※のどにまわった血は飲み込まないで吐き出しましょう。

- ② 顔を上向きにすると、血がのどに流れて咳込んだり、飲み込んでしまい気持ちが悪くなり嘔吐してしまうこともあるため、顔はやや下向きにしましょう。

★横になる場合でも仰向けにはしない！

- ③ 小鼻を中心に親指と人差し指で約 10 分間しっかりと押さえる。

★ティッシュを詰めなくてもOK

- ④ 止血後は安静に過ごし、鼻に触れないようにする。



★血液の取り扱いになるため、必ず手袋を着用。血液が付着したガーゼやティッシュは二重にしたビニール袋に入れて破棄。衣類に関しても二重にしたビニール袋に入れ、名前＋血液付着と記入して下さい。