



# Behandeling van een bloedneus

---

## Ontstaan van een bloedneus

Een bloedneus ontstaat meestal wanneer er in de neus of in het tussenschot een bloedvatje springt. Dit kan gebeuren bij:

- te hard snuiten bij verkoudheid
- het krijgen van een klap op de neus
- verblijf op grote hoogte of diepte
- zware lichamelijke inspanning
- het peuteren in de neus
- gebruik van bloedverdunnende medicijnen zoals sintrommitis en marcoumar (trombosediensttabletten), apixaban, dabigatran, rivaroxaban of ascal, aspirine, clopidogrel
- ouderen met een te hoge bloeddruk, een tekort aan vitamine C of kalkgebrek

## Behandeling van een bloedneus

### Wat u zelf kunt doen

Het eerste wat u kunt doen om de bloedneus te stoppen is rustig gaan zitten. Snuit uw neus. Knijp daarna uw neus 10 minuten dicht, vlak onder het neusbeen waar het zachte deel van de neus begint. Hierbij kunt u met uw hoofd voorover gaan zitten (schrijfhouding).

Meestal stopt de bloedneus na 10 tot 30 minuten.

Stopt het bloeden niet na 30 minuten? Neemt u dan contact op met uw huisarts. Als uw huisarts u niet kan helpen zal deze contact opnemen met de KNO-arts (keel-, neus- en oorarts). U zult dan behandeld worden in het ziekenhuis.

## Tampons

De neus wordt dichtgestopt met tampons als:

- Er verspreid in de neus bloedingsplekjes zijn.
- Als de bloedingsplek ver naar achteren in de neus ligt.
- Er geen duidelijke bloedingsplek zichtbaar is.
- Deze tampons worden na enkele dagen weer verwijderd.

Zolang er tampons in de neus zitten, blijft de neus aan de voorkant een beetje vocht lekken. Eerst is dit bloed vermengd met slijm. Later wordt dit steeds lichter van kleur en uiteindelijk lekt er alleen nog wat slijm. Door de neustampons kunt u last hebben van tranende ogen en pijn aan de oren bij slikken. Dit verdwijnt nadat de tampons verwijderd zijn.

## Dichtbranden

De KNO-arts kan de plaats van de bloeding dichtbranden. Dit gebeurt nadat u een verdoving heeft gekregen. Dit kan alleen als er een duidelijke bloedende plek te zien is. Dichtbranden kan chemisch gebeuren met een etsende stof of elektrisch.

## Wat mag u wél en wat mag u niét

Het is **niet** verstandig om de eerste twee weken na een bloedneus de neus te snuiten. Ophalen van de neus mag **wel**.

De leefregels hieronder gelden voor de eerste **drie** dagen na de behandeling van een bloedneus:

- Zorg voor zo veel mogelijk rust en ontspanning. Bij inspanning en opwinding stijgt uw bloeddruk. Hierdoor kunt u een nieuwe neusbloeding krijgen.
- Voorkom warmte en temperatuurstijging van de neus. Warmte veroorzaakt zwelling van de neusbloedvaten en geeft meer kans op een neusbloeding. Daarom mag u **niet**:
  - warm eten of warme dranken (koffie/thee) gebruiken
  - sterk gekruid eten
  - een heet bad nemen of heet douchen
  - roken
- U mag **wel**:
  - koud en vloeibaar eten zoals: yoghurt, kwark, vla enzovoort
  - als er nog een enkele bloeddruppel doorlekt een plastic zak met fijngestampte ijsklontjes of een zogenaamde 'cold pack' op de neus leggen
  - bij het slapen een extra hoofdkussen gebruiken
- U mag óók **niet**:
  - hard persen (bijvoorbeeld op het toilet)
  - voorover bukken
  - alcohol drinken

## Medicijnen

U mag paracetamol gebruiken.

- Gebruikt u ascal of clopidogrel voor een neurologische- of hartaandoening, overleg dan met de arts u de ascal/clopidogrel tijdelijk mag stoppen.
- Gebruikt u: sintrommitis of marcoumar (trombosediensttabletten), apixaban, dabigatran, rivaroxaban of andere medicijnen die van invloed zijn op de bloedstolling? Dan is het misschien nodig om in overleg met uw arts de dosering hiervoor tijdelijk aan te passen.

## Vragen

Het is belangrijk dat u juiste en duidelijke informatie krijgt. Heeft u na het gesprek met uw arts en na het lezen van deze folder nog vragen? Stel deze dan. Schrijf uw vragen van tevoren op zodat u niets vergeet.

- polikliniek KNO (023) 224 8422
- afdeling dagverpleging 023) 890 82 10
- in de avond, nacht of het weekend, belt u met de afdeling spoedeisende hulp  
Haarlem Zuid (023) 224 4880  
Haarlem Noord (023) 224 7880  
Hoofddorp (023) 224 6880

## Waar zijn we te vinden?

### **Spaarne Gasthuis Haarlem Zuid**

Boerhaavelaan 22  
2035 RC Haarlem

(023) 224 0000

### **Spaarne Gasthuis Hoofddorp**

Spaarnepoort 1  
2134 TM Hoofddorp

[www.spaarnegasthuis.nl](http://www.spaarnegasthuis.nl)

### **Spaarne Gasthuis Haarlem Noord**

Vondelweg 999  
2026 BW Haarlem

### **Spaarne Gasthuis Heemstede**

Händellaan 2A  
2102 CW Heemstede

[info@spaarnegasthuis.nl](mailto:info@spaarnegasthuis.nl)