# ΡΙΝΟΡΡΑΓΊΑ



Τι πρέπει να γίνεται σε περίπτωση αιμορραγίας από τη μύτη (Ρινορραγία);

**Η αιμορραγία από τη μύτη είναι ένα πρόβλημα που προκαλεί φόβο**

Στην πραγματικότητα οι περισσότερες αιμορραγίες από τη μύτη, δεν αποτελούν ένα τόσο σοβαρό πρόβλημα όσο φαίνονται να είναι.

**Εντούτοις χρειάζεται προσοχή διότι ένα ποσοστό των περιπτώσεων αυτών, έχουν σχέση με σοβαρές παθήσεις και έτσι επιβάλλεται εγρήγορση και αναγνώριση της αιτίας που έχει προκαλέσει τη νόσο.**

Σε περίπτωση που κάποιος παρουσιάσει αιμορραγία από τη μύτη ή επίσταξη όπως αποκαλείται ιατρικά, θα πρέπει να καθίσει και να σκύψει το κεφάλι λίγο προς τα μπροστά.

Το κεφάλι πρέπει να διατηρείται σε ένα επίπεδο πιο ψηλά από την καρδιά, γιατί έτσι θα αιμορραγεί λιγότερο.

Η ελαφριά κλίση της κεφαλής προς τα μπροστά, επιτρέπει στο αίμα να φεύγει προς έξω από τα ρουθούνια και όχι να πηγαίνει πίσω προς το φάρυγγα.

**Η κλίση του κεφαλιού προς τα πίσω δεν πρέπει να γίνεται, διότι έτσι, το αίμα πάει προς τα πίσω και ο ασθενής το καταπίνει. Αυτό μπορεί να του προκαλεί ναυτία, εμετό και διάρροια.**

Για να βοηθήσει ο ασθενής στο να σταματήσει η αιμορραγία, μπορεί να σφίξει ελαφριά, μεταξύ αντίχειρα και δείκτη, την περιοχή της μύτης που είναι μεταξύ του σκληρού μέρους της μύτης (ρινικά οστά) και του μαλακού μέρους που είναι πιο κάτω.

Είναι καλύτερα το σφίξιμο αυτό να διατηρηθεί για τουλάχιστο 5 λεπτά. Συνήθως μετά από 10 λεπτά, η επίσταξη σταματά. Εάν συνεχίζει, τότε ακόμη μια δοκιμή για 10 λεπτά μπορεί να βοηθήσει.

Επίσης η τοποθέτηση κρύου πάγου στην ίδια περιοχή της μύτης, βοηθά στο να σταματήσει η αιμορραγία.

Πότε ο ασθενής πρέπει οπωσδήποτε να επισκεφτεί το γιατρό;

**Σε ορισμένες περιπτώσεις, όπως αυτές που αναφέρονται πιο κάτω, θα πρέπει απαραίτητα, ο ασθενής να επισκεφτεί το γιατρό του:**

- Όταν η επίσταξη διαρκεί για περισσότερο από 15 λεπτά
- Όταν η αιμορραγία προκλήθηκε από ένα τραυματισμό (κτύπημα στο πρόσωπο), μετά από ένα αυτοκινητιστικό δυστύχημα ή μετά από μια πτώση.
- Στις περιπτώσεις που η μύτη αιμορραγεί συχνά
- **Όταν πρόκειται για αιμορραγία από το οπίσθιο μέρος της μύτης.** Στις περιπτώσεις αυτές που είναι και οι σπανιότερες και που συνήθως συμβαίνουν στους ηλικιωμένους, η αιμορραγία προέρχεται από μεγάλα αγγεία του οπίσθιου μέρους της μύτης. **Οι αιμορραγίες αυτές είναι σοβαρότερες και χρειάζονται απαραίτητα ιατρική αντιμετώπιση.**

Στους ηλικιωμένους, η ψηλή πίεση, η αρτηριοσκλήρυνση, η αιμορραγική διάθεση που πιθανόν υπάρχει είτε λόγω ασθένειας είτε λόγω λήψης φαρμάκων όπως η ασπιρίνη, μπορούν να προκαλέσουν σοβαρής μορφής οπίσθια αιμορραγία της μύτης

**Ο γιατρός θα διευκρινίσει κατά πόσο πρόκειται για πρόσθια ή οπίσθια επίσταξη.** Θα διερευνήσει επίσης κατά πόσο υπάρχει μια άλλη ασθένεια είτε γενικευμένη είτε τοπική που είναι υπεύθυνη για την πρόκληση της αιμορραγίας.

Ο ειδικός γιατρός, ο ωτορινολαρυγγολόγος, μπορεί να χρησιμοποιήσει διάφορες μεθόδους για να

σταματήσει την αιμορραγία.

Η αναρρόφηση για καθαρισμό, η τοποθέτηση βαμβακιού εμποτισμένου με αγγειοσυσταλτική ουσία, ο καυτηριασμός του αγγείου που αιμορραγεί, η ενδοσκόπηση της μύτης, ο πρόσθιος ή οπίσθιος επιπωματισμός της μύτης (ταμπονάρισμα), είναι μέθοδοι που είναι δυνατόν να χρησιμοποιήσει ο γιατρός για να αντιμετωπίσει μια αιμορραγία από τη μύτη.

Σπάνια μπορεί να χρειαστεί χειρουργική επέμβαση για να σταματήσει η ρινορραγια.

**Τι προκαλεί τις αιμορραγίες από τη μύτη;**

**Η μύτη έχει πολλά αιμοφόρα αγγεία τα οποία βοηθούν στο να θερμαίνεται και να υγραίνεται ο αέρας που εισπνέουμε.** Επειδή βρίσκονται πιο κοντά στην επιφάνεια του βλεννογόνου της μύτης, είναι πιο ευάλωτα στο να τραυματιστούν και να προκαλέσουν αιμορραγία.

**Η συχνότερη αιτία πρόκλησης αιμορραγίας από τη μύτη είναι η ξηρότητα του εσωτερικού της μύτης**

Σε χώρους που υπάρχει θέρμανση χωρίς να γίνεται παράλληλα ύγρανση του αέρα, ο βλεννογόνος της μύτης μπορεί να ξηραθεί και να προκαλέσει επίσταξη.

**Το ξύσιμο της μύτης με τα δάκτυλα, ιδιαίτερα από τα νύχια, προκαλεί επίσταξη.** Στο πρόσθιο μέρος της μύτης, ιδιαίτερα στο διάφραγμα, υπάρχουν πολλά αγγεία.

**Οι περισσότερες περιπτώσεις επίσταξης συμβαίνουν σε παιδιά.** Οφείλονται στη ξηρότητα της βλεννογόνου του εσωτερικού της μύτης, σε ρινίτιδες και στο ξύσιμο της μύτης με τα δάκτυλα.

Στα παιδιά ένα ξένο σώμα που εισέρχεται μέσα στη μύτη από τα ρουθούνια όπως επίσης και οι διάφοροι τραυματισμοί, μπορούν να προκαλέσουν επίσταξη.

Σε ενήλικες, οι τραυματισμοί, οι μολύνσεις της μύτης, οι αλλεργίες, η ψηλή πίεση, η αρτηριοσκλήρυνση, οι αιμορραγικές διαθέσεις, τα αντιπηκτικά φάρμακα, η ασπιρίνη, η ξηρασία και χαμηλή υγρασία του αέρα, είναι αιτίες πρόκλησης επίσταξης.