

Первая помощь

Первая помощь, если у ребенка носовое кровотечение:

- успокойте ребенка, усадите его на стул;
- наклоните голову вперед, подставьте салфетку;
- сожмите крылья носа на 5–10 минут;
- приложите холод к переносице;
- измерьте давление, пульс при необходимости.



Чего нельзя делать при носовом кровотечении:

- запрокидывать голову назад;
- укладывать ребенка горизонтально;
- сморкаться после остановки кровотечения около 2–3 часов;
- закладывать в нос сухую вату;
- самостоятельно промывать нос водой или каплями.



Носовое кровотечение



Симптомы

Симптомы носового кровотечения у ребенка:

- истечение крови из одной или обеих ноздрей;
- ощущение потока жидкости в носу или стекания по задней стенке глотки;
- появление кашля или рвоты с примесью крови;
- бледность кожи;
- ощущение слабости, головокружения;
- беспокойство, плач, испуг у ребенка;
- небольшое затруднение носового дыхания.



Профилактика

Профилактика носового кровотечения:

- увлажняйте воздух в помещении, оптимальная влажность 50–60%;
- регулярно проветривайте комнату и делайте влажную уборку, чтобы уменьшить количество пыли;
- включите в рацион ребенка продукты, богатые витамином С, витамином К и витаминами А и Е;
- смазывайте слизистую носа масляными растворами;
- осторожно очищайте нос при насморке;
- объясните ребенку, что нельзя часто ковырять в носу;
- ограничивайте чрезмерную физическую нагрузку;
- учите ребенка сморкаться аккуратно, без чрезмерных усилий, и чихать с открытым ртом, чтобы снизить давление в носовых ходах;
- обеспечьте безопасную среду.

