

流鼻血如何處理？

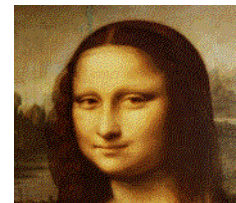


流鼻血的處理~1

- 身心放鬆坐下：頭頸部微向前傾，暫時用口呼吸，若口中有積血要吐出。
- 用衛生紙放置出血鼻孔前方以觀察鼻出血情形



流鼻血的處理~2



- 用手指捏住鼻子緊壓，壓迫出血側的鼻甲部約5~15分鐘
- 使用冰冷敷：於鼻根、額頭、後枕部
- 30分鐘後出血未止，就須要送醫做進一步的處置
- 自我照護：一週內勿大力擤鼻涕、挖鼻孔、打噴嚏、勿食太熱湯類或刺激性食物、調節室溫

流鼻血的處理



局部壓迫止血，約5~10分鐘，暫時用口呼吸，不可讓傷患頸部後仰。