

ROZHOVOR S PRIMÁŘEM ORL PŘÍBRAMSKÉ NEMOCNICE DAVIDEM VESELÝM NA TÉMA KRVÁCENÍ Z NOSU:

Specialistu by měl pacient vyhledat vždy, když se krvácení nedaří zastavit do několika minut

DAGMAR ČERNÁNSKÁ

Příbram – Snad téměř každý se ve svém životě setkal s tím, že mu tekla krev z nosu. Někdy se tak stává po úrazu, někdy kvůli nachlazení a někdy ani příčinu neznáme. Na otázku ohledně krvácení z nosu odpovídá primář oddělení ORL Oblastní nemocnice Příbram MUDr. David Veselý.

Hovoříme-li o krvácení z nosu, jak často se na vás pacienti s tímto problémem obrací?

Pacienti s krvácením z nosu (odborně se tomuto stavu říká epistaxe) tvoří časté návštěvníky ORL ambulance. Setkáváme se s nimi několikrát denně. Jedná se samozřejmě (tak jako u každého jiného krvácení) o akutní stav. U někoho se epistaxe vyskytne jen zřídka, někteří pacienti jsou však krvácením z nosu postiženi opakovaně. Nejčastěji se setkáváme s epistaxí u starších pacientů, kteří jsou dlouhodobě léčeni pro vysoký krevní tlak a zároveň z různých důvodů užívají léky na ředění krve.

Lze rozdělit příčiny krvácení z nosu?

Obecně se příčiny epistaxe rozdělují na místní a celkové. Mezi místní příčiny patří zlomeniny nosních kostí a stěn vedlejších dutin nosních, poranění sliznice nosu při smrkání nebo čištění nosu, záněty nosu a vedlejších dutin nosních, krvácivý polyposní přepážky, cizí tělesa v nosních dutinách a ná-

dory nosu, vedlejších nosních dutin a nosohltanu. Dále se epistaxe může objevit jako komplikace po operačních výkonech v oblasti nosu a vedlejších nosních dutin. Z celkových příčin je na prvním místě hypertenze (vysoký krevní tlak) a užívání antikoagulancií (léků na ředění krve). Mezi méně časté celkové příčiny epistaxe patří poruchy krevní srážlivosti (koagulopatie, např. hemofilie) a poruchy cévních stěn (angiopatie).

Kdy by měl pacient vyhledat lékaře a kdy vhodné občasně krvácení ponechat bez kontroly?

ORL specialistu by měl pacient vyhledat vždy, když se krvácení nedaří zastavit během několika minut v rámci první pomoci. Důležité je zmínit, že krev nemusí vytékat pouze z nosu, ale zároveň často zatéká i do hltanu a pacient ji plive či polyká. Skutečné krvácení tedy může být masivnější, než jak se někdy na první pohled zdá. Při opakovaných mírných epistaxích, které často pacient zvládne zastavit sám, je vhodné alespoň jednou ORL specialistu navštívit k vyloučení některé z výše uvedených místních příčin krvácení. Pokud je ORL vyšetření negativní, měl by se pacient



PRIMÁŘ oddělení ORL Oblastní nemocnice Příbram MUDr. David Veselý. Foto: archiv nemocnice

ještě obrátit na svého praktického lékaře k vyloučení příčin celkových.

V okamžiku, kdy nás překvapí nečekané krvácení, jaká je první pomoc?

První pomoc spočívá v stisknutí nosních křídel proti sobě (alespoň na 3-5 minut), předklonu hlavy (aby krev nezatékala do polykacích cest) a přiložení studeného obkladu na zátylek. Pacient by měl být v klidném prostředí, v sedu či v polo sedu. Do nosu můžeme také aplikovat gel či porézní hmotu pro stažení cévek. Tyto léky jsou volně prodejné v lékárnách.

Pokud se s krvácením z nosu setkáme u dopravní nehody, co máme udělat s pacientem? Snažíme se krvácení zastavit nebo máme nechat krev vytékat?

Samozřejmě je třeba snažit se krvácení zastavit.

Existují potraviny, které při krvácivých poruchách není vhodné konzumovat?

Žádná potravina sama o sobě krvácení z nosu přímo nevyvolá. Jsou však některé složky potravy, jejichž vyloučení z diety může vést až ke krvácivým stavům. Jde především o vitaminy. V ovoci a zelenině je ve zvýšené míře přítomný vitamin C, důležitý pro správnou strukturu cévních stěn. Velmi důležité je zajistit pravidelný a dostatečný příjem vitamínu K, který ovlivňuje procesy srážlivosti krve. Především pacienti užívající antikoagulační léčbu by se měli vyvarovat kolísajících hladin vitamínu K, protože při jeho nedostatku se krvácivost zhoršuje a naopak jeho nadbytek snižuje účinnost antikoagulancií. Větší množství vitamínu K je například v listové zelenině, především v kysané úpravě (např. kysané zelí). Samozřejmě je důležité dodržovat zásady racionální vyvážené diety či speciálních diet podle případných přidružených nemocí. Krvácivost mohou výrazně zhoršit některé léky, například léky s kyselinou acetylsalicylovou (Acylpyrin) nebo nesteroidní protizánětlivé léky (Ibuprofen).

„Jsou některé složky potravy, jejichž vyloučení z diety může vést až ke krvácivým stavům. Jde především o vitaminy.“