



こんなときどうすればいいの



11

鼻血が出た

◇ まずは次のことを試してみましょう ◇

- ① 血液を飲み込まないように、下を向かせる
- ② 鼻の中に何も入れないで、小鼻の少し上をつまんでおさえる
- ③ 鼻呼吸ができない状態で、約15分間圧迫し続ける

緊急度

1

鼻血が止まれば受診の必要はありません。
自宅で様子みてください。

緊急度

2

鼻血が止まらない場合は、すぐに小児救急医療電話相談（P25参照）に相談するか、休日・夜間急病センター（P23参照）（なお、耳鼻咽喉科の受付時間は休日8時30分～17時30分のみです。）を受診してください。

一口メモ

鼻血が出たときの対処方法

- ◎ 上を向いて寝ると、血液がのどに流れ落ちてきて、せきや、吐き気の原因になります。
- ◎ 首の後ろをたたかえて出血を長引かせます。
- ◎ 鼻の中にティッシュペーパーを入れないでください。鼻の粘膜を傷つけたり、かさぶたをはがしたりして、再び出血することがあります。
- ◎ 飲み込んだ鼻血を吐くことがありますが、心配ありません。

