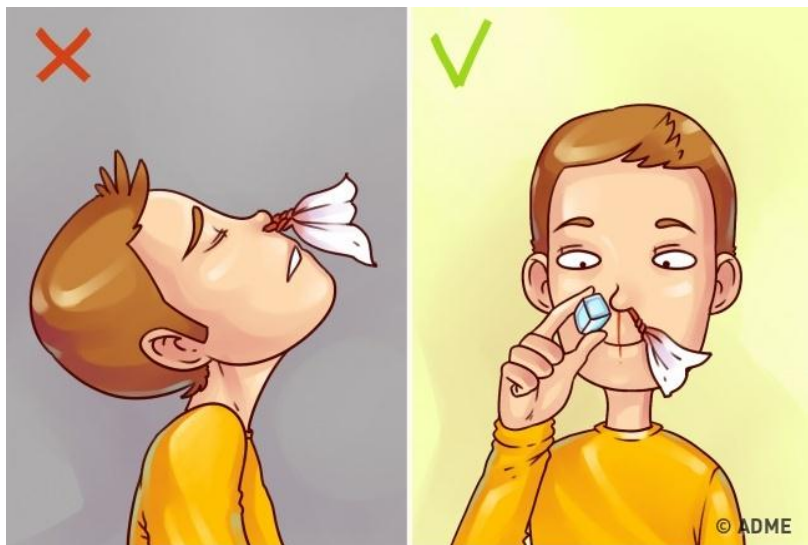


ПАМ'ЯТКА

Перша долікарська допомога при носовій кровотечі

Носова кровотеча — кровотеча з носа, що може виникнути внаслідок травми, високої температури, високого артеріального тиску чи при захворюваннях крові. Травматична кровотеча виникає через колупання у носі, потрапляння до носу стороннього предмета або через переломи носових кісток.

- При носовій кровотечі необхідно посадити дитину біля умивальника. При цьому вона має **трохи нахилити голову вперед** і дихати ротом.
- **Не слід закидати голову**, оскільки це не пришвидшить зупинку кровотечі, а після заковтування крові може спричинити блювання.



- Можна покласти на перенісся лід, огорнутий тканиною, або шматочок тканини, змочений холодною водою.
- Необхідно слідкувати за тим, щоб дитина не сякалася та не затискала ніс.
- Щоб зупинити кров, слід зробити марлевий чи ватний **тампон**, змочити його **3%-вим розчином перекису водню або холодною водою**. Після цього ввести тампон у ніздрю.
- Слід пересвідчитися, що кров не потрапляє до носоглотки. Для цього можна попросити дитину кілька разів сплюнути слину, подивитися, чи вона не пофарбована кров'ю. Можна також заглянути дитині до рота.
- Через 10-20 хвилин **тампон треба акуратно прибрати**, перед цим змочивши його холодною водою за допомогою піпетки.
- Після припинення кровотечі слід проконтролювати, аби дитина не сильно втягувала носом повітря та не сякалася протягом кількох годин.
- Носова кровотеча може виникнути через **сухість слизової оболонки**. Тому необхідно простежити за достатньою вологістю повітря у приміщенні, де перебуває дитина. Якщо повітря сухе, можна увімкнути зволожувач повітря чи повісити вологе простирадло. Можна також змазати ніс дитини зсередини вазеліном.
- У більшості випадків носова кровотеча у дітей минає самостійно. Якщо ж носова кровотеча сильна і триває більше 10 хвилин, необхідно **викликати швидку допомогу**.

