**[Носовое кровотечение](http://articles.komarovskiy.net/nosovoe-krovotechenie.html)**

Носовые кровотечения — самый распространенный вариант кровотечения без травмы.

Склонность к носовым кровотечениям нередко определяется индивидуальными анатомическими особенностями слизистых оболочек, в частности количеством и диаметром сосудов, глубиной их расположения.

Носовые кровотечения могут быть как следствием незначительного повреждения слизистой оболочки носовых ходов (например, ее пересыхания), так и проявлением серьезных болезней внутренних органов, сопровождающихся поражением сосудов и расстройствами свертывающей системы крови.

Важно знать, что носовые кровотечения возможны как из передних, так и из задних отделов носа. Абсолютное большинство носовых кровотечений в детском возрасте — это кровотечения из передних отделов носа, которые возникают в связи с повреждением сосуда, находящегося на носовой перегородке.

Кровотечения из задних отделов носа в детском возрасте относительно редки, но всегда опасны.

Наиболее удобный *симптом, позволяющий родителям отличить переднее носовое кровотечение от заднего*:

* переднее носовое кровотечение практически всегда из одной ноздри;
* заднее носовое кровотечение практически всегда из обеих ноздрей.

Часто повторяющиеся носовые кровотечения — однозначный повод для планового обследования и осмотра врача.

***Обращение за медицинской помощью не следует откладывать, если***:

* кровотечение не останавливается в течение 20 минут (при условии выполнения изложенных ниже рекомендаций);
* одновременно с кровотечением из носа возникло другое кровотечение (из уха, мочеиспускательного канала и т. п.);
* имеет место кровотечение из обеих ноздрей.

***Неотложная помощь:***



* усадите ребенка, наклоните плечи немного вперед;



* прижмите нос пальцами в точке, показанной на рисунке, и не прекращайте давление в течение 10 минут;
* положите ***холод*** на переносицу;
* полощите рот холодной водой;
* если через 10 минут кровотечение не прекратилось, прижмите нос еще на 10 минут;
* кровотечение, продолжающееся после повторного прижатия носа на 10 минут, требует неотложного обращения за медицинской помощью.

***При носовом кровотечении надо очень постараться, чтобы ребенок:***

* не двигался;
* не говорил;
* не кашлял;
* не сморкался;
* не ковырялся в носу;
* не глотал кровь.

Во время носового кровотечения и 1—2 часа после него желательно, чтобы ребенок дышал ртом.
3—4 часа после носового кровотечения весьма желательно избегать физических нагрузок.

**Профилактика. Носовые кровотечения.**

* Предотвращение пересыхания слизистой оболочки носовых ходов: чистый прохладный влажный воздух (особенно в спальне). Оптимальная температура - 18-20 С, относительная влажность - 50-70 %.
* Увлажнение носовых ходов солевыми растворами (физиологический раствор, например) - как профилактическое, так и во время острых респираторных инфекций.
* Обучайте детей навыкам правильного гигиенического ухода за носом (носовой платок, но не ковыряние в носу).
* Повторные носовые кровотечения может провоцировать натуживание при затрудненной дефекации: обсудите с врачом возможность применения слабительных средств.