CARE AND PREVENTION

Most nosebleeds are mere nuisances; but some are quite frightening, and a few are even life threatening. Physicians classify nosebleeds into two different types.

1. **Anterior Nosebleed** : The nosebleed that comes from the front part of the nose from one or the other nostril if the patient is sitting up or standing.
2. **Posterior Nosebleed** : The nosebleed that comes from deep in the nose and flows down the back of the nose into throat even if the patient is sitting up or standing.

Obviously, if the patient is lying down, even the anterior nosebleeds seem to flow in both directions, especially if the patient is coughing or blowing his nose.

Nevertheless, it is important to try to make the distinction since posterior nosebleeds are often more severe and almost always require the physician's care. Posterior nosebleeds are more likely to occur in older people, persons with high blood pressure, and in cases of injury to the nose or face.

Nosebleeds in children are almost always of the anterior type. Anterior nosebleeds are common in dry climates or during the winter months when the dry air parches the nasal membranes so that they crust, crack and bleed. This can be prevented if you will place a bit of lubricating cream or ointment about the size of a pea on the end of your fingertip and then rub it up inside the nose, especially on the middle portion (the septum).

If the nosebleeds persist, you should see your doctor, who may recommend cautery to the blood vessel that is causing the trouble.

TO STOP AN ANTERIOR NOSEBLEED

If you or your child has an anterior nosebleed, you may be able to care for it yourself using the following steps:

- Pinch all the soft parts of the nose together between your thumb and two fingers.

సంరక్షణ మరియు నివారణ

ఎక్కువ సార్లు ముక్కులో నుండి రక్తం కారడం ఇబ్బందిని మాత్రమే కలిగిస్తుంది ; కాని కొన్ని చాలా భయానకంగా మరియు కొన్ని ప్రాణహాని కలుగచేసే విధంగా కూడా ఉంటాయి. వైద్యులు ముక్కు నుండి రక్తం కారే వ్యాధిని రెండు రకాలుగా వర్గీకరిస్తారు.

1. **పూర్వస్థ ముక్కు రక్తస్రావం** : రోగి కూర్చొని లేదా నిల్చొని ఉన్నప్పుడు ముక్కు ముందు భాగం నుండి ఒకటి లేదా రెండు నాసిక రంధ్రాల నుండి రక్తం యొక్క ప్రవాహం ప్రారంభమవుతుంది.
2. **పృష్ఠ ముక్కు రక్తస్రావం** : రోగి లేచి కూర్చున్నప్పటికీ లేదా నిలబడి ఉన్నప్పటికీ ముక్కులో లోతైన నుండి ముక్కు వెనుక భాగానికి ప్రవేశించి గొంతులోకి వెళ్తుంది.

సహజంగానే, రోగి పడుకుని ఉంటే, పూర్వస్థ ముక్కు రక్తస్రావం రెండు దిశలలో ప్రవహిస్తుంది. ఇది ముఖ్యంగా దగ్గు లేదా ముక్కులో నుండి గాలి ఊదుతున్నప్పుడు జరుగుతుంది.

ఈ రెండు రక్తస్రావాల మధ్య వ్యత్యాసం గుర్తించడం చాలా ముఖ్యం. ఎందుకంటే పృష్ఠ ముక్కు రక్తస్రావం చాలా తీవ్రమైన వ్యాధి, వైద్యులు సంరక్షణ తప్పకుండ అవసరం. పృష్ఠ ముక్కు రక్తస్రావం పెద్దవారికి , అధిక రక్తపోటు ఉన్నవ్యక్తులకు, ముక్కుకి లేదా మొహానికి తీవ్ర గాయాలైన వ్యక్తులకు ఎక్కువగా వస్తుంది.

పిల్లలలో పూర్వస్థ ముక్కు రక్తస్రావం ఎక్కువగా జరుగుతుంది. పొడి వాతావరణంలో లేదా శీతాకాలంలో పొడి గాలి ఉన్నప్పుడు నాసికా పొరలు పగిలి రక్తస్రావం జరుగుతుంది. దీనిని నివారించడానికి బఠాణి పరిమాణంలో ఉన్న లేపనాన్ని తీసుకొని ముక్కు లోపలోని మధ్య భాగంలో(అనగా విభజన చెందిన ఎముక) పెట్టాలి.

ముక్కు నుండి రక్తం ఎక్కువగా కారుతున్నట్లయితే, మీరు వైద్యుడు వద్దకి వెళ్ళాలి. అప్పుడు వైద్యుడు ఇబ్బంది కలగజేసే రక్తనాళానికి కణజాల దహనీకరణ సాధనము సిఫారసు చేయవచ్చు.

పూర్వస్థ ముక్కు రక్తస్రావం ఆపడానికి తీసుకోవలసిన చర్యలు

మీ పిల్లలకు పూర్వస్థ ముక్కు రక్తస్రావం జరిగితే, మీ అంతటా మీరే కొన్నిచర్యలను ఆచరించాలి.

Dr. Deenadayal's ENT CARE CENTRE

NOSE BLEEDS

PATIENT INFORMATION BROCHURE

- Press firmly toward the face - compressing the pinched parts of the nose against the bones of the face.
- Hold it for 5 minutes (timed by a clock).
- Keep head higher than the level of the heart - sit up or lie with head elevated.
- Apply ice (crushed in a plastic bag or washcloth) to nose and cheeks.

TO PREVENT RE-BLEEDING AFTER BLEEDING HAS STOPPED

- Do not pick or blow nose (sniffing is all right).
- Do not strain or bend down to lift anything heavy.
- Keep head higher than the level of the heart.

IF RE-BLEEDING OCCURS

- Pinch and press nose into face again, as in steps 1-3 above.
- Call doctor.
- Visit hospital immediately.

WHEN TO CALL THE DOCTOR OR GO TO A HOSPITAL EMERGENCY ROOM

- IF bleeding cannot be stopped or keeps reappearing.
- IF bleeding is rapid or if blood loss is large.
- IF you feel weak or faint, presumably from blood loss.
- IF bleeding begins by going down the back of the throat rather than the front of the nose.

- ముక్కు యొక్క అన్ని మృదువైన భాగాలను మీ బొటనవేలు మరియు రెండు మధ్య వేళ్లతో బిగపట్టాలి.
- ముఖం వైపు గట్టిగా నొక్కి- కుదించబడిన ముక్కు యొక్క భాగాలను ముఖం యొక్క ఎముకలకు వ్యతిరేకంగా ఉంచాలి.
- దీన్ని 5 నిమిషాలు పట్టుకోండి (గడియారంలో సమయాన్ని చుడండి).
- తలని గుండె కంటే ఎక్కువ స్థాయిలో ఉంచండి - పైకి లేచి కూర్చోండి లేదా పడుకోండి.
- మంచు గడ్డ (ప్లాస్టిక్ సంచిలో లేదా ఒక తడిబట్టలో మంచు గడ్డ చూర్ణం చేసి) ముక్కు మరియు బుగ్గలపై ఉంచండి.

తర్వాత మళ్లీ రక్తస్రావం జరగకుండా నిరోధించడానికి తీసుకోవాల్సిన చర్యలు

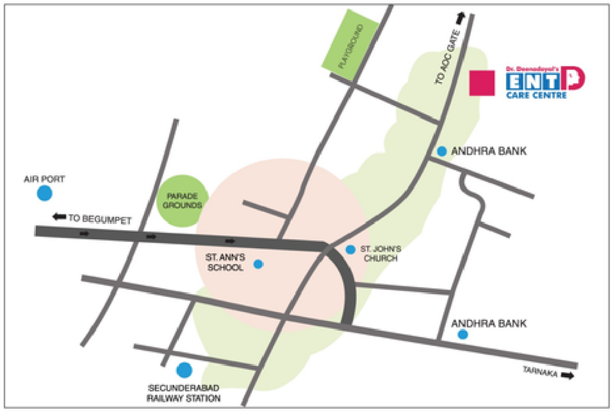
- ముక్కుని వేలితో గెలకడం కానీ ముక్కులో నుండి గాలిని గట్టిగ ఊదడం కానీ చెయ్యొద్దు.
- భారీ వస్తువులను లేపకూడదు.
- తలని గుండె కంటే ఎక్కువ స్థాయిలో ఉంచండి.

రక్తస్రావం మళ్ళి జరిగితే

- ముక్కును నెమ్మదిగా వేళ్ళతో బిగించి మొహంలోకి ఒత్తండి . 1-3 దశల్లో చేసింది మళ్లి చెయ్యండి. .
- వైద్యుడిని పిలవండి.
- వెంటనే ఆసుపత్రిని సందర్శించండి.

వైద్యుడిని ఎప్పుడు పిలవాలి లేదా ఆసుపత్రిలోని అత్యవసర గదికి ఎప్పుడు వెళ్ళాలి.

- రక్తస్రావాన్ని ఆపలేన్నప్పుడు లేదా రక్తస్రావం మళ్ళి మళ్ళి జరిగినప్పుడు.
- రక్తస్రావం తీవ్రంగా జరిగినప్పుడు లేదా రక్త నష్టం ఎక్కువగా ఉన్నప్పుడు.
- రక్తనష్టం నుండి మీరు బలహీనంగా లేదా మూర్ఛగా ఉన్నప్పుడు.
- రక్తస్రావం ముక్కులోకి కాకుండా గొంతులోకి వెళ్ళినప్పుడు.



Dr. Deenadayal's ENT CARE CENTRE

DR. DEENADAYAL'S ENT CARE CENTRE

1ST FLOOR, SHENOY HOSPITALS,
10-3-4, ENTRENCHMENT ROAD,
OPP. PLAYGROUND, EAST MARREDPALLY,
SECUNDERABAD – 500 026.

FOR APPOINTMENTS CALL : 040 2771 2700 / 91005 00111

TIMINGS : 8 : 30 AM - 6 : 30 PM
SUNDAYS & PUBLIC HOLIDAYS : CLOSED