

## ④ 鼻 出 血

### ポイント

- 上体を起して、鼻の下部を指でつまみ、鼻の奥に向かって10分位圧迫する

- ①鼻の入り口の粘膜はうすい上に血管が多いため、ちょっとした刺激（外傷、血圧・気圧の変化など）で出血しやすくなっています。特に、子どもはよく鼻をいじったり、打ったりして鼻出血を起こします。また、一度鼻出血が起こってから鼻の粘膜のきず口が完全にふさがらないうちに、再び鼻をいじってきず口が開き鼻出血を繰り返すことも、子どもではよくみられます。
- ②いつまでも（15分以上）止血しない場合は耳鼻科を救急受診してください。また、すぐに止血はするけれども、頻回に出血を繰り返す場合には鼻出血が止まっている時に耳鼻科で 診察を受けるようにしましょう。
- ③首の後ろを叩くと鼻出血が止まりやすいというのは迷信です。

### 現場での応急手当

- ①上体を起こし、少し前屈にして、鼻の下部（一番ふくらんでいる部分）を指でつまみ、鼻の奥に向かって10分位圧迫します（図1）。この時鼻の中には何も入れないようにします（ティッシュペーパーや綿球などをつめると、それを取り除く時に再出血することがあります）。
- ②前額～鼻の辺りを冷たいタオルで冷やすと、血管が収縮してより止血しやすくなります。
- ③止血中は口で呼吸させ、のどの奥に流れ込んでいく血液（図2のように、鼻の奥とのどの奥は連絡しています）は飲み込まずに口から吐き出させます（仰向けに寝かせた状態では血液を飲み込み、嘔吐や窒息を起こしやすくなります）。
- ④出血が止まりにくい時は、滅菌ガーゼを切って軽く鼻の中に入れて、鼻を強くつまみます。



図1

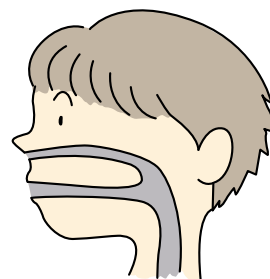


図2

図1：鼻出血の時には鼻の下部を指でつまんで圧迫する

図2：鼻の奥とのどの奥は連結している