

## EPISTAXIS (SANGRADO NASAL)

---

Se entiende por epistaxis a la hemorragia que se origina en las fosas nasales.

Esta se suele producir sobre todo en niños, adolescentes y en ancianos.

Generalmente suele ser un problema de pronóstico leve dado que suele perderse escasa cuantía de sangre (a pesar de lo alarmante que pueda parecer) y que es autolimitado en el tiempo, es decir, suele detenerse la hemorragia habitualmente de forma espontánea o mediante la compresión. Sin embargo, en algunas ocasiones la epistaxis puede llegar a ser grave cuando ésta no se detiene. Esto ocurre mayoritariamente en personas en tratamiento con anticoagulantes en las que puede ser difícil que se detenga la hemorragia.

¿Qué causas dan lugar a la epistaxis?

- Hurgado o rascado de las fosas nasales. (Más frecuentes en población infantil).
- Rinitis/resfriados.
- Sequedad de la mucosa por agentes irritantes como el humo o tóxicos químicos o por ambiente seco.
- Pólipos nasales.
- Tumor o cuerpo extraño en vía nasal.
- Medicamentos (anticoagulantes, heparinas, ácido acetil salicílico...) más habituales en población anciana.
- Enfermedades sistémicas en el organismo.
- Tensión arterial descontrolada.

¿Qué hacer ante una epistaxis?

- En primer lugar es conveniente mantener la calma a pesar que pueda parecer alarmante el sangrado.
- Colocarse inclinado hacia delante y con la cabeza hacia abajo.
- Localizar la fosa sangrante e intentar averiguar en el caso de los niños si puede haberse introducido algún cuerpo extraño en la fosa nasal.
- Colocar algodón o gasa impregnada en agua oxigenada en la fosa nasal sangrante evitando friccionar la mucosa para que no sangre más y comprimir con los dedos de forma constante durante al menos 10-15 minutos.
- Mientras estemos taponando la fosa nasal sangrante es conveniente medir la tensión arterial ya que en muchas ocasiones puede deberse a una descompensación.
- En los casos en los que el sangrado no se detenga tratándose de una persona con un episodio de tensión arterial descontrolada o en una persona que esté en tratamiento con medicamentos como aspirina, heparinas o anticoagulantes de la sangre será conveniente consultar con el médico de urgencias. Si el sangrado se ha detenido será conveniente consultar con su médico de cabecera de forma preferente.
- En el caso que se sospeche en un niño que puede haber introducido algún cuerpo extraño será conveniente acudir de urgencia para valoración y extracción del mismo.