

CONSEJOS EPISTAXIS (SANGRADO NASAL)

Ante un sangrado nasal deberemos:

- Presionar durante 5 minutos la parte blanda de la fosa nasal que sangra.
- Colocar un taponamiento con algodón o gasa humedecida con agua oxigenada rebajada a la mitad con suero fisiológico.
- Poner en la boca un cubito de hielo y darle vueltas y poner paños helados o hielo en la nariz por encima de los huesos.
- No sirven los medios como agachar o levantar la cabeza (se traga la sangre lo que provocará náuseas y vómitos),
- Poner agua fría en la nuca o un papel de fumar en el paladar.
- Si en unos 15 ó 20 minutos no cesa debemos acudir a un centro sanitario para ser valorados y tratados convenientemente.