

RATGEBER

Was tun bei täglichem Nasenbluten?



Gesundheit Ich (m, 52) habe täglich Nasenbluten, meistens am Morgen nach dem Aufstehen. Sobald ich schnäuzen muss, fängt es an. Es hört zwar rasch wieder auf, aber es ist doch lästig, zumal manchmal auch das Kopfkissen blutig ist. Muss ich mir Sorgen machen? Wie kann man das Nasenbluten stoppen? Gibt es dafür eine Therapie?

Nasenbluten ist häufig. Zirka 60 Prozent der Bevölkerung entwickeln einmal im Leben Nasenbluten, wobei nur 10 Prozent eine ärztliche Behandlung in Anspruch nehmen. Zwischen dem 2. und 10. Lebensjahr während Wachstumsschüben sowie zwischen dem 50. und 80. Lebensjahr ist Nasenbluten am häufigsten.

Meistens hört Nasenbluten von selber wieder auf. Betroffene sowie Eltern von Kindern mit Nasenbluten sind aber verständlicherweise erst einmal verunsichert. Tritt es wie bei Ihnen wiederholt auf, kann es auch lästig werden.

Beruhigend: Nasenbluten ist in der Regel kein Symptom einer ernsthaften Erkrankung. Auch ein erhöhter Blutdruck gilt nicht als Ursache.

Unsere Nase hat eine sehr gute Blutversorgung. In den ersten zwei Zentimetern gibt es an der Nasenscheidewand ein oberflächiges Blutgefässgeflecht beidseits. Diese Blutgefässe sind in über 90 Prozent die Ursache von Nasenbluten. Selten kann es zu hinterem Nasenbluten kommen, das von einem grösseren Blutgefäss in der Nase ausgeht, welches sich zirka 6 Zentimeter in der Tiefe ab Naseneingang befindet.

Wenn die Nasenschleimhaut trocken und spröde ist, kann es zu feinen Rissen kommen. Sie führen dazu, dass die dünne Wand der Blutgefässe reisst und es zu Nasenbluten kommt. Es tritt bei niedriger Luftfeuchtigkeit in den kalten und trockenen Jahreszeiten öfter auf als im Sommer. Manipulationen wie Nasenbohren und Nasensprays können auch zu Nasenbluten führen. Ferner kann wie bei Ihnen ein erhöhter Druck, der beim Niesen oder Nasenschnäuzen auftritt, zu einer Blutung führen.

Nasenflügel zusammendrücken

Da bei über 90 Prozent der Betroffenen Nasenbluten in den ersten 2 Zentimetern der Nase auftritt, kann man durch Kompression beider Nasenflügel für mindestens 5 bis 10 Minuten eine Blutstillung erreichen. Während dieser Zeit sollte man nicht nachschauen, ob es schon aufgehört hat.

Sollte die Blutung nicht aufhören, kann es sich um ein seltenes hinteres Nasenbluten handeln, das manchmal mit einer Nasentamponade oder einer Operation behandelt werden muss. In einem solchen Fall sollte eine HNO-ärztliche Konsultation erfolgen. Nicht zuwarten sollte man bei starkem, lange anhaltendem Nasenbluten und bei sichtbaren Verletzungen der Nase.

Vorbeugend bietet sich eine befeuchtende Behandlung der Nasenschleimhaut mit Nasensalbe und Salzwasser-Nasenspray an. Ebenfalls ist ein Luftbefeuchter empfehlenswert. Falls Nasenbluten wie bei Ihnen immer wieder auftritt, empfehle ich eine Konsultation bei einem HNO-Arzt. Er untersucht die Nase mit einem Endoskop und kann das blutende Gefäss ausfindig machen. Unter örtlicher Betäubung kann er dann das entsprechende Blutgefäss mit Strom «veröden».