

はなぢ どうしていますか？！

★ 子どもはとてもよくはなぢを出します。鼻の内部にはたくさんの血管が表面を通っています。子どもが鼻をほじったり、ひっかいたりするとそこで出血します。一度出血すると、しばらくは鼻を強くかんだくらいでも出血しやすくなります。はなぢを出した子が、それから数日間のうち2～3度はなぢを出すことは珍しくありません。

★原因

①局所的な原因；鼻の機械的刺激（鼻をほじる、鼻を強くかむ、鼻をこする）、くしゃみなどの刺激や咳などの一過性の脈圧上昇のため。これがはなぢの原因の約80%を占めます。

鼻の病気（外傷、炎症、腫瘍、出血性鼻茸など）

②全身的原因；出血性血液疾患（血友病、白血病、血小板減少症）、血管性疾患、代償性鼻出血、精神的、肉体的興奮、いきみ

★家庭でできることは？

- 安静にさせる：座って頭を前かがみにする。
- 圧迫：綿球やティッシュペーパーを鼻の穴にいれ、鼻翼をつまんで約10分圧迫します。しかし、子どもは簡単には協力してくれません。本を読んであげたり、何かしら子どもの気を引くことが大切です。
- 子どもは無意識にさわるので毎晩出ることもあります。爪の手入れを積極的にしましょう。

★してはいけないこと！

- 仰向けに寝かせること。頭を後ろに曲げると、はなぢがのどにまわって飲み込んでしまいます。血を飲み込むと吐き気が引き起こされ、飲み込んだ血の固まりで窒息の原因になります。
- 首の後ろをたたいたり、冷たいタオルで冷しても効果はありません。

キーゼルバツハ部位が
鼻出血の90%以上を占める



★こんな時はかかりつけ医へ

- ①圧迫しても15分以上止まらないとき
- ②何度も繰り返していて顔色が悪いとき
- ③青あざが身体に多くみられるとき



北九州地区小児科医会・北九州市医師会園医会 (<http://www.kitakyu-ped.com/>)