

# 小児の鼻血の注意点

ふくおか耳鼻咽喉科

〒477-0032 愛知県東海市加木屋町2-224-2

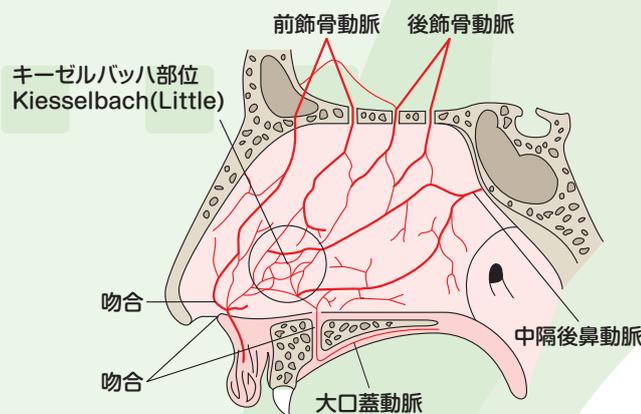
TEL (0562) 38-2800

## 頻度

小児の鼻出血は、5歳までに少なくとも30%が起こすと言われ、日常よく遭遇する疾患です。  
発症のピークは3～8歳です。

## 出る場所

90%以上が鼻の入り口付近の壁（キーゼルバツハ部位と言われます）から出ています。  
ここは細い血管が多く集まっており鼻をかむ、こする、いじる、ほじると傷つきやすい場所です。



## 原因

大体は鼻の粘膜の血管が傷ついて起きます。  
お子さんの場合は、鼻をかむ、こする、いじる、ほじるといった刺激で傷つきます。  
そして出血した場合にカサブタがつき、それが気になって鼻を触ってしまい鼻血を繰り返します。

鼻血を繰り返す場合は、アレルギー性鼻炎や副鼻腔炎（ちく膿）があることが多くありますので、それに対する治療も必要です。炎症で鼻の粘膜がただれた状態になり、傷つきやすく鼻血が出やすくなります。

※稀に血が止まりにくい病気（白血病、血友病、紫斑病など）で起きることがあります。

疑わしい場合は総合病院へ御紹介します。

## 注意点

- **血圧が上がると、また出血しやすくなります。**  
本日は激しい運動、お風呂はひかえてください。  
短時間のシャワー、洗髪ならOKです。
- **鼻をさわると、また出血しやすくなります。**  
強く鼻をかまないでください。  
軽くかむのならいいです。
- **お薬を用法どおりに内服・使用してください。**

## もし、再び出血した場合は

- **鼻の穴にティッシュをそっと詰めて、小鼻を外から親指と人差し指で強くつまんでください。**  
5～10分間の圧迫で止まることが多いです。



- **姿勢は、座らせて下を向かせてください。**  
※上向きはよくありません。

止血してから1週間後は**カサブタ**がとれやすくなるころなので、再び出血しやすくなります。

★ 症状が急に変わることもあります。疑問な点や困った事がありましたら、なるべく早目におたずねください。

おだいに  
なさってください。

