

正しい鼻血の手当ての仕方

笠井耳鼻咽喉科クリニック 笠井 創
自由が丘診療室

鼻血（鼻出血）は、鼻の粘膜や血管が傷つくことによって起こる出血です。突然、目の前に出血すると驚いてしまいますが、特殊な病気が直接の原因であることはまれで、ほとんどが鼻への機械的刺激によるものです。慌てずに落ち着いて対処すれば、特別な治療を必要とすることもなく簡単に血は止まります。



出血の場所と原因—ほとんどはキーゼルバッハからの出血

鼻血は鼻のずっと奥の方から出てきているような感じがありますが、実際は意外と浅い場所から出血しています。左右の鼻の穴を隔てている壁を「鼻中隔」といいます。その鼻中隔の前方、鼻の穴の入り口から小指の頭ほど入った奥で、コリコリとした軟骨の出っ張り部分があります。その硬く感じられる場所

を「キーゼルバッハ部位」といいます。大人でも、キーゼルバッハ部位の面積はせいぜい小指の頭程度ですが、鼻血の90パーセント以上が、ここからの出血です。この部分には多数の細い血管が集中して網目状に走っており、その血管の表面を覆っている粘膜が薄いため、わずかな外傷や刺激で容易に出血します。

鼻血の直接の原因としてはまず、鼻の内外からの外傷・刺激があげられます。

転んだりぶつかったりして外から衝撃を受けたときも出血しますが、鼻をほじる癖があると、鼻の内側の粘膜面に傷がついて出血します。一度傷ができるとそこがかさぶたになり、かゆみや違和感のためについひっかいてまた出血する、ということになります。子どもで鼻血をくり返すのはほとんどがこのパターンでしょう。小さい子どもは無意識に、眠っているときでさえも鼻をいじってしまうことがあるので、つめを短く切りそろえておくことが大切です。遊んでいて、鼻の穴に異物を入れてしまったときなどにも出血します。



キーゼルバッハ部位



鼻血の原因となるアレルギー性鼻炎

一般家庭における鼻出血は、ほとんどがキーゼルバッハ部位の傷によるものです。かぜやアレルギー性鼻炎などの鼻疾患がある場合に、鼻血は出やすくなります。かぜをひいているときは鼻の粘膜も弱まっているうえ、強く頻繁に鼻をかむなど、鼻を傷つけることを