

取り出す時に、スルッとスムーズに抜くためです。綿をそのまま詰めると、取り出す時に綿の繊維のケバだった部分が血管をこすって、せっかく止まっていた場所から再び出血することがあります。必ずしもワセリンでなくても、抗生物質の入った軟膏や、家庭に常備してあるワセリンベースの軟膏であれば大丈夫です。

綿がなくて手近にあるティッシュペーパーを詰める人がいますが、これは抜く時に繊維が粘膜を傷つけるのでよくありません。

前かがみになって血は吐き出す

よく、鼻血が出た時は仰向けになるといいとか、首の後ろをトントンたたくと止まるなどといわれますが、これは間違いです。鼻血が出ている時は前かがみの姿勢をとりましょう。仰向けになると、流れ出した血液がのどのほうに回って、それを飲み込んでしまうと気分が悪くなることがあります。少し前かがみになって、のどに流れ出した血液はそのつど吐き出しましょう。

よほどのことがない限り、こうして15分ほど鼻をしっかりとつまんでいれば、血液がとろとした感じになって出血が止まります。しかし、詰めた綿はさらに数時間ぐらいそのままにしておいたほうがいいでしょう。

鼻血は一度出ると同じ場所からくり返し起きることが多いのですが、一度耳鼻科で診てもらって応急処置の方法を教わっておけば、次からはお母さんが、あるいは自分自身で冷静に止血できるようになります。

普通の鼻血なら命にかかわることはありませんが、ひんぱんに鼻血をくり返す子どもの中には、気づかないうちに貧血になって顔色が悪くなっている子もいます。しかし、きちんと食事をとっていれば、それもやがてよくなりますから心配はないでしょう。

こんな鼻血はすぐ病院へ

鼻血のほとんどはこのようなキーゼルバッハからの出血ですが、まれに、鼻の奥の太い動脈が切れて

起きることもあります。そのような鼻血は出血量も多く、鼻からだけでなくのどにも流れるので、本人もただごとではないと気づくはずですが。

キーゼルバッハからの出血でも、あふれるように流れ出ることがありますが、先に述べたように、固く丸めた綿を詰めて最低でも15分間小鼻をつまんでいれば、ほとんどの場合はおさまります。

しかし、そのような処置をしてもいっこうに止まる心配がなく、血がじわじわとのどに流れ続けるような時は、キーゼルバッハ以外の太い血管が切れている可能性があります。キーゼルバッハと違って、鼻の奥のほうの血管は圧迫がきかないため、止血が難しく、処置を誤ると命にかかわることもあります。普通の鼻血ではないと思ったら、救急車を呼ぶなどしてすぐに大きな病院へ行ったほうがいいでしょう。鼻の奥からの出血は、大がかりな手術になることがあります。

このような奥の血管が切れる鼻血を起こすのは、たいてい中高年者です。子どもにはまず見られません。なぜ鼻の奥の太い血管が切れるのか、原因は不明ですが、ただ、このような鼻血を起こす人には、高血圧や動脈硬化などの基礎疾患を持っている人が多いといわれています。毛細血管には動脈硬化は起こりませんが、太い血管は高血圧や動脈硬化によってもろくなりますから、それが原因で切れやすくなることはじゅうぶん考えられます。

また、鼻血全般にいえることですが、糖尿病や尿毒症、肝硬変、ビタミンC欠乏症などの人も鼻血が出やすくなります。

鼻血が重大な病気のサインであることも

ほとんどの鼻血は心配のないものですが、時には何らかの病気のサインとして鼻血が出ることもあります。たとえば、血友病や白血病などの血液の病気、それに、鼻にできた腫瘍やがんなどでも鼻血が見られます。

ただ、血友病であれば、ちょっとした打ち身であざができてなかなか消えないなど、小さい頃から明らかな症状があるはずですが。白血病も、歯ぐきから出