

Kotihoito-ohje nenäverenvuotopotilaalle

Parin päivän ajan on vältettävä kuumia juomia ja ruokia sekä alkoholia. Kahden viikon aikana (tai kirjoitetun sairasloman ajan) on vältettävä kumartelemista, ponnistelua, saunomista sekä nenän koskettelemista ja kovaa niistämistä.

Jos vuoto alkaa uudelleen:

- Hyytymät tyhjennetään nenästä niistämällä
- Nenää puristetaan tukevasti vähintään 15 minuuttia yhtäjaksoisesti. Nenässä oleva pumpuli voi auttaa painamista
- Istu etukumarassa
- Verta ei pidä niellä
- Pyyhkeeseen kääritty jääpussi tai pakastepussi niskaan

Jos vuoto ei edellä mainituilla toimenpiteillä lopu, on syytä ottaa yhteyttä sairaalaan.

Korvapoliklinikan puhelinnumero on 06 415 4892 (ma-pe klo 8.00–14.00).

Päivystysapu numero on 116117.