

- 大部份的流鼻血屬於良性的病變，只要處置得當，大多會自行痊癒，不需過分擔心。
- 在臨床上常遇到流鼻血剛止住沒多久又反覆出血，這是因為鼻黏膜血管尚未完全癒合，日常生活的一些小疏忽使得人體修復血管的血塊脫落使血管叢反覆出血。所以應當多保持休養狀態，使用軟膏塗抹鼻黏膜，不要吃太過燥熱的食物或酒，避免做劇烈運動等以減少復發。

1070109 制定
1090301 修訂

若需更多衛生教育訊息，歡迎向門診及各護理站諮詢

衛生福利部

南投醫院

Nantou Hospital, Ministry of Health and Welfare

衛教系列-耳鼻喉 4

流鼻血處理



衛生福利部南投醫院
護理科關心您
電話 049-2231150

一、常見原因

流鼻血的出血部位最常發生在鼻中膈前半部，此部位的血管叢相當脆弱，只要稍微碰撞就很容易流鼻血。

流鼻血的原因常見有：

1. 乾燥寒冷的空氣刺激
2. 鼻中膈彎曲
3. 過敏性鼻炎
4. 鼻竇炎
5. 劇烈咳嗽或噴涕
6. 外力撞擊或外傷
7. 凝血功能受損如血友病、白血病
8. 肝功能不全
9. 尿毒洗腎病人
10. 長期服用抗凝血劑如阿斯匹靈、warfarin
11. 動脈硬化
12. 高血壓
13. 鼻咽癌、鼻癌、鼻竇癌、鼻息肉、倒生性乳頭瘤

二、簡單的步驟：

1. 坐直。
2. 先暫時抬高頭以減低血壓。
3. 再低下頭並以拇指及食指捏住鼻子下半部持續 10 分鐘。
4. 冰敷鼻部，使局部血管收縮而達到止血的效果。

三、注意事項

- 一旦流血過久就應考慮至醫院進一步處置。在急診室醫生會考慮出血位置、出血程度，使用止血貼片，或進一步給予含血管收縮劑的棉條或凡士林填塞加壓止血，也可用電燒或化學藥劑局部止血。後鼻腔的出血可使用導尿管的氣球壓迫，大量出血時就必須考慮詳細的檢查及進一步的治療如內頸動脈或外頸動脈結紮等。
- 孕婦容易使鼻內血管叢擴張充血甚至流鼻血，一般冰敷即可

逐漸恢復。小朋友常因鼻過敏的潛在原因，再加上鼻黏膜血管叢較脆薄，容易感受氣溫變化導致流鼻血，可使用手指按壓，再貼敷止血貼片，回家之後使用藥膏塗抹保溫。若出血的時間超過一週，每次的出血量都很大，就要考慮可能是鼻腔息肉、血管瘤引起。血管性纖維瘤常見於年輕族群，會造成大量出血，需要仔細檢查。流鼻血反覆發生時，可能有潛在性病變，需要耳鼻喉科醫師詳細檢查，並給予適當的處置。

- 人體的鼻腔黏膜具有呼吸，過濾，濕潤，與溫暖空氣的功能，並含有豐富的血管叢，當外界環境變化，或是局部刺激，這些血管叢便很容易破裂而造成鼻出血。