

LES HEMORRÀGIES NASALS

30 gener, 2017



La part interna del nas està coberta per una mucosa humida i delicada que té molts vasos sanguinis a la seva superfície. Quan aquest teixit es lesiona per un petit tall o esgarrinxada, aquests vasos sanguinis tendeixen a sagnar, en ocasions de forma abundant. Les hemorràgies nasals a la part inferior del nas son anomenades hemorràgies anteriors i són freqüents ja que és la part que es lesiona amb més facilitat. La ubicació és el septe nasal, que és la paret que divideix les dues parts del nas.

Majoritàriament, aquests tipus d'hemorràgia nasal no es greu. Pot detenir-se exercint pressió local amb els dits amb una mica de paciència. Difícilment, l'hemorràgia nasal pot posar en risc la vida del pacient. En aquests casos, l'hemorràgia prové de la part posterior, més alta i profunda del nas. El sagnat se'n va cap a darrera de la gola, però pot sagnar cap enfora per les foses nasals. A les hemorràgies severes, la persona té algun problema de salut, com la pressió arterial alta, trastorns hemorràgics, o pren medicaments anticoagulants.

Hi ha persones que són més propenses a tenir hemorràgies degut a factors ambientals, els seus llocs de treball, problemes de salut o l'ús de certs medicaments. Us relacionem alguns factors de risc:

- **Calefacció amb aire sec o calent:** L'aire sec calent fa que la delicada pel·lícula del nas es ressequi i sagni. Les hemorràgies nasals són més freqüents durant els canvis d'estació, abans que els teixits vagin acostumant-se als canvis d'humitat.
- **Septes desviats:** Si la paret que separa les foses nasals

està desviada cap a un costat, la quantitat d'aire que flueix no es proporcional. El flux d'aire fa que la pel d'un costat del septe nasal es sequi i s'esquerdi, augmentant d'aquesta forma el risc de patir una hemorràgia.

– **Refredats i al·lèrgies:** les infeccions del tracte respiratori superior i les al·lèrgies causen inflamació al nas, el que pot augmentar el risc de l'hemorràgia. Una major congestió causa que els vasos sanguinis es dilatin (s'engrandeixin), el que els fa vulnerables a les lesions. Sonar-se el nas amb molta força pot causar sagnat o nou sagnat després d'una hemorràgia aturada.

– **Exposició a agents químics irritants:** el principal culpable és el fum del cigarro, fins i tot en fumadors passius. Els treballadors que tenen exposició, en el lloc del treball a l'àcid sulfúric, amoníac, benzina i altres químics irritants poden tenir sagnats.

– **Malalties:** Per exemple, insuficiència renal, trombocitopènia (nivells baixos de plaquetes a la sang), pressió arterial alta i trastorns hemorràgics hereditaris, és el cas de l'hemofília.

– **Consum excessiu d'alcohol:** el consum d'alcohol interfereix amb l'activitat normal de les plaquetes en la sang, el que augmenta el temps de coagulació de la sang, A més a més, causa dilatació dels vasos sanguinis superficials, el que fa que siguin més propensos a lesionar-se o sagnar.

– **Medicaments que interfereixen en la coagulació de la sang:** Aquests inclouen els productes per aprimar-se, anticoagulants i els antiinflamatoris com l'aspirina o l'ibuprofèn.

– **Medicines homeopàtiques i suplementes dietètics:** Alguns suplementes dietètics contenen químics que perllonguen el sagnat similar als anticoagulants. Per exemple, el Danshen, Dong quai, Feverfew, all, gíngebre, ginseng i la vitamina E.

Les hemorràgies nasals poden provocar-se per lleus

traumatismes, com treure's mucositat del nas, sonar-se amb força, o, com en el cas de la pràctica del futbol, a un trauma facial com a conseqüència d'un cop.

L'hemorràgia nasal, generalment, és per un sol orifici nasal, però ocasionalment pot succeir en els dos. Si un orifici nasal es bloqueja degut a un coàgul de sang, la sang pot sortir per l'altre cavitat nasal o cap darrera per la gola. La quantitat de sang que surt d'una hemorràgia nasal pot variar; en el cas de les hemorràgies posteriors, la pèrdua de sang és major.

El diagnòstic, en persones sanes, les hemorràgies anteriors lleus poden diagnosticar-se i tractar-se a casa. Si té un sagnat fort que no respon als primers auxilis lògics, vostè haurà d'anar d'urgències a visitar un metge. El seu metge revisarà la seva història clínica i els medicaments que pren. Li demanarà que calculi la quantitat de sang que ha perdut, en base a la quantitat de temps que va durar l'hemorràgia i al número de mocadors que va utilitzar. Després el metge examinarà el seu nas per determinar on es localitza l'hemorràgia. Si és necessari, el seu metge inserirà un endoscopi per localitzar l'àrea de l'hemorràgia. Els exàmens de sang serviran per determinar els problemes hemorràgics.

La duració d'una hemorràgia anterior lleu, amb uns primers auxilis adequats, es pot controlar en qüestió de minuts.

Per prevenir hemorràgies recomanem:

- No es toqui el nas.
- Moquis el nas delicadament.
- No fumi.
- Utilitzi un humidificador si utilitza calefacció.
- Utilitzi un aerosol nasal de solució salina per humitejar l'interior del seu nas.

- Apliquis vaselina en l'interior de les foses nasals per la nit.
- Eviti cops a la cara.

Tractament d'una hemorràgia nasal

- Seguis amb el cap mirant cap a dalt, a continuació inclinis lleument cap endavant i respiri per la boca.
- Amb els dos dits polze i índex premi el nas, just per damunt dels orificis nasals, i mantinguis així durant cinc minuts.
- Al mateix temps, utilitzi l'altre mà per aplicar-se compreses de gel sobre el pont del nas.
- Després dels cinc minuts, tregui els dits del nas i observi si encara sagna. Mantingui el gel local durant altres 10 a 15 minuts.
- Si el seu nas continua sagnant, premi'l altres 10 minuts més.
- Si encara sagna el nas, vagi immediatament d'urgències a veure un metge.

Si els primers auxilis no funcionen, el metge tractarà la seva hemorràgia de la següent manera:

- Aplicant un medicament dins del seu nas.
- Cauteritzant els vasos sanguinis amb un medicament, com nitrat de plata o amb una sonda elèctrica.
- Taponant el nas amb una gasa o una esponja.
- Aplicant altres mètodes com la crioteràpia o laserteràpia, injectar un tap especial dins el vas sagnat per bloquejar l'hemorràgia.
- Cirurgia.

Amb paciència i pressió, gairebé totes les hemorràgies nasals anteriors i sense complicacions respondran als primers auxilis bàsics. Tot i que l'hemorràgia nasal que requereixi d'atenció mèdica usualment es tracta amb èxit mitjançant cauterització, taponant el nas o amb altres opcions. Fins i tot les hemorràgies posteriors agudes poden controlar-se amb un tractament apropiat.