

兒童鼻出血

小兒鼻出血是常見的現象，尤其是近日踏入秋冬乾燥季節，兒童早晚不停打噴嚏、抓鼻子，容易令鼻子內的微絲血管受損，因而容易引起流鼻血情況，相信不少家長都曾遇過類似狀況。

兒童常見鼻出血的原因

小兒流鼻血是十分常見的現象，這類出血多位於前鼻道，通常是局部性的，大部分個案屬於良性。最常見的出血部位，是鼻中隔黏膜下層的網狀血管叢。由於該部位的血管較薄，容易因磨擦而破裂，導致出血。

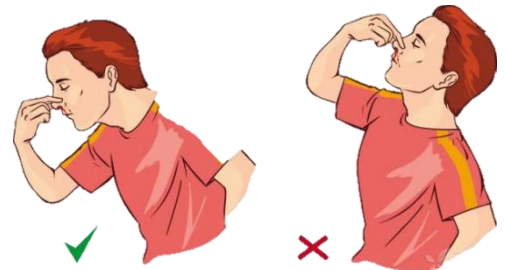
秋冬天氣乾燥，鼻膜失去了黏液的保護，若兒童以手指清理鼻垢時不慎弄破血管，就會有出血的情況。此外，患有鼻敏感的兒童，由於鼻膜經常充血，亦會導致血管較容易破裂，所以這類兒童容易出現流鼻血的情況。

流鼻血的處理方法

首先安撫孩子，鬆解緊束的衣物，讓他們將頭部微微向前傾，然後用手指輕輕按著鼻翼，向鼻膜施加壓力，教導孩子暫時用口呼吸，冰敷鼻部，使局部血管收縮而達到止血的效果。1至2分鐘後，可放開手看看是否已經止血。若仍有出血，則繼續輕按鼻翼片刻，然後再觀察出血情況，直至止血。在正常情況下，鼻血會於5至10分鐘內停止。若仍然無法止血，便需要求醫。

常見錯誤止血方法

部分人誤按鼻骨位置，導致無法有效止血。通常出血的位置在前鼻道，所以必須按壓鼻翼部分（即鼻軟骨的位置）。部分人讓孩子抬頭止血，孩止抬頭的時候，血液流到口腔和鼻腔後方，有的血液進入胃部引起不適，導致嘔吐，有的則可能進入氣管甚至肺部，引起劇烈咳嗽，或吐血塊，令家長及孩子更緊張。



事後護理

有時，兒童會在短時間內再次流鼻血。這是因為止血後傷口未復原，而鼻腔的血凝塊又阻礙孩子呼吸，他們感到不舒服，便會自行挖鼻孔清理，此舉有機會令傷口再次出血。因此，家長應該提醒子女不要挖鼻孔及暫時用口呼吸。同時，家長可以棉花棒沾水或潤滑劑（如凡士林），輕力揩擦鼻腔，清除血凝塊。

經常流鼻血須求醫

如果孩子只是間中流鼻血，而且每次都能在短時間內止血，亦無其他原因不明的皮膚瘀傷，家長便無須過份擔心。而且兒童在踏入青春期後，流鼻血現象會自然減少。但若孩子經常流鼻血，家長需要注意，尋求醫生的協助，以找出孩子流鼻血的原因，作出合適的治療。