



緑葉や色鮮やかな花々が先始め、段々と春の訪れを感じる季節になりました。暖かい日が増えてきて戸外で過ごすのが気持ちよくなってきました。

子どもの鼻の粘膜は弱く鼻をかんだりなどのわずかな刺激で鼻血が出ます。特にこの時期は花粉症などのアレルギー性鼻炎の子は粘膜が充血して出やすくなっています。鼻血が出たときの対応についてご紹介していきます。

## ～鼻血が出たときの処置方法～

- 1 座って前かがみにしましょう。乳児は縦抱き、幼児は椅子など安定した場所に座らせるなどして鼻血が喉へ流れ込まないように気を付けましょう。
- 2 鼻(鼻翼部分)を強めにつまんで止血しましょう。多くの場合は5分程度で止まります。
- 3 ある程度出血が治まったら詰め物をしましょう。深く入れすぎてしまうと抜く際に出血の原因になってしまうので気を付けましょう。また、ティッシュペーパーなどの繊維が固いものは鼻の粘膜をさらに傷つけてしまうことがあるので気を付けましょう。
- 4 水で濡らしたタオルや保冷剤などを使って冷やしましょう。鼻の血管が収縮されて出血が止まりやすくなります。



仰向けに寝かせたり、上を向かせて首の後ろ叩いたりすると鼻血が喉に入ってしまう恐れがあります。吐き気を引き起こす原因になることもあるのでやらないようにしましょう。また、座ることの出来ない乳児は鼻血が出ている方を下側にして横向きに寝かせてあげましょう。

## 📄 《利用登録受付中》

ご利用には、**事前の登録が必要です!**

『子どもが急な発熱、でも仕事は休めない…』

急な利用に備え、事前に登録して頂くことをお勧めします。

※登録には電話予約をしてから来てください。

※必要書類は昭島市のホームページ、または昭島市役所にごさいます。



月～金曜日 10:00～18:00 (祝日、夏期休暇、年末年始を除く)

☎ 042-519-7868 (担当: 澤田)

住所: 東京都昭島市松原町1-2-1 太陽こども病院 1階保育室

このような時は耳鼻科受診を…

- 1 鼻翼を圧迫していても真っ赤な鮮血が出続けて止血できない
- 2 鼻水に血が混じることが続く場合は鼻や副鼻腔に原因となる病気が隠れていることがあります。
- 3 一度止血してもすぐに繰り返し出血してしまうような場合
- 4 血液を固まりにくくしている薬を内服している場合