

## الاحتياطات الواجب اتخاذها لوقف نزيف الأنف للمرضى الذين يتناولون أدوية مسيلة للدم



### ما هي الأسباب أو الأمراض المصاحبة لنزيف الأنف؟

يكون نزيف الأنف غالبًا غير ضار ولكنه قد يكون إشارة لشيء خطير، فقد يكون نزيف الأنف من الأعراض المصاحبة لارتفاع ضغط الدم في كثير من الأحيان أو لارتفاع نسبة سيوله الدم عند المرضى الذين يتناولون أدوية مسيلة للدم.

لتقليل مخاطر نزيف الأنف، اتصل بالطبيب أو الصيدلي المتابع لحالتك في أي من الحالات الآتية:

١. إذا بدأت في استخدام دواء جديد موصوف من قبل الطبيب أو أحد الأدوية التي تصرف بدون وصفة طبية أو أحد المكملات الغذائية أو الأعشاب الطبية.
٢. عند الشعور بتغير في حالتك الصحية أو عند شعورك بأعراض البرد أو الأنفلونزا.
٣. إذا حدث تغير في النظام الغذائي الخاص بك.
٤. إذا تناولت كمية كبيرة من الكحول.
٥. إذا تناولت جرعة زائدة من دواء السيولة.
٦. إذا حدث لك نزيف من مكان آخر غير الأنف مثل الدم المصاحب في البول أو البراز.
٧. إذا حدث لك أي نزيف أو كدمات مفرطة.

عيادة سيولة الدم، مستشفى القلب، مؤسسة حمد الطبية

hhpharmacy@hamad.qa @

٣٣٤٠٥٩٥٣ / ٤٤٣٩٥٨٠٢ ☎

## الاحتياطات الواجب إتخاذها لوقف نزيف الأنف للمرضى الذين يتناولون أدوية مسيلة للدم

يحتوى الأنف على العديد من الشعيرات الدموية الصغيرة، ويحدث نزيف الأنف عندما تُقطع إحدى هذه الشعيرات الدموية، ويحدث ذلك عادة في الصباح الباكر أو في فصول الشتاء أو في الطقس البارد والجاف.

نزيف الأنف أمر شائع نسبيًا، وتزيد نسبة حدوثه مع المرضى الذين يتناولون أدوية مسيلة للدم بغرض الوقاية من الجلطات الدموية في الأوردة مثل دواء الوارفارين (كومادين®) أو أبيكسيبان (إليكوس®) أو دابيجاتران (برادكسا®) أو ريفاروكسابان (زاريلتو®) أو كلوبيدوجرل (بلافكس®) أو تيكاجريلور (بريلنتا®) أو براسوجرل (إفيانت®) أو أسبرين، وفي معظم الحالات يمكن السيطرة على نزيف الأنف في المنزل.

### الاسباب الشائعة لحدوث نزيف الأنف

1. التعرض إلى الجو البارد أو الحار أو الجاف.
2. التهاب الأنف الناتج عن الإصابة بالحساسية أو البرد.
3. التعرض لإصابة بالأنف أو بجانب الأنف.
4. ارتفاع في ضغط الدم.

### أنواع نزيف الأنف:

هناك نوعان من نزيف الأنف:

1. نزيف الأنف الأمامي: وهو النوع شائع الحدوث، ويبدأ في الجزء الأمامي للأنف حيث إن الدم عادةً يتجه من الأنف للخارج ونادرًا ما يتجه إلى أسفل الجزء الخلفي من الأنف إلى الحلق، وهذا النوع من النزيف يسهل السيطرة عليه.

2. نزيف الأنف الخلفي: هذا النوع يكون أقل حدوثًا ولكنه أكثر خطورة، ويحدث غالبًا مع كبار السن، ويبدأ النزيف في الأوعية الدموية في الجزء الخلفي للأنف وغالبًا يتجه الدم نحو الحلق، وهذا النوع من النزيف يصعب السيطرة عليه وإيقافه وقد يؤدي إلى الاختناق إذا كانت كمية الدم كبيرة، وقد يتطلب نزيف الأنف الخلفي البقاء تحت الملاحظة بالمستشفى.

### اتبع هذه الخطوات والتعليمات لمعالجه نزيف الأنف:

1. إبقى هادئًا ولا تتوتر.
2. قم بإمالة رأسك قليلاً إلى الأمام سواء كنت واقفاً أو جالساً وذلك لمنع وصول الدم إلى أسفل الحلق.
3. احرص أن يكون فمك مفتوحًا، وذلك لمنع انسداد المجرى الهوائي بالدم، وقد يسبب الاختناق.
4. اضغط على جانبي الأنف أسفل عظمة الأنف و تنفس من خلال الفم (كما هو موضح بالصورة) لمدة 5 - 10 دقائق. وإذا لم يتوقف الدم خلال 10 دقائق، اضغط على جانبي الأنف لمدة 5 دقائق أخرى.
5. إذا لم يتوقف النزيف الأنفي بعد 15 دقيقة ضع كيسًا من الثلج على عظمة الأنف والشفة العليا أو مؤخرة العنق، وهذا قد يساعد على انقباض الأوعية الدموية وتقليل النزيف، و احرص أن يكون أنفك مفتوحًا.
6. إذا لم يتوقف النزيف خلال 30 دقيقة، توجه مباشرة إلى أقرب قسم للطوارئ.

