

NENÄVERENVUODON HOITOTOIMENPITEEN JÄLKEINEN KOTIHOITO-OHJE

Hoidon jälkeen vältä 1 – 2 päivän ajan

- kuumia juomia
- kuumaa saunan löylyä ja kuumaa suihkua
- voimakkaita ponnisteluja
- alkoholin käyttöä

Hoidon jälkeen vältä 3 – 4 päivän ajan

- nenän voimakasta niistämistä ja kaivelua

Nenän limakalvoja voi vahvistaa ja kostuttaa apteekista ilman reseptiä saatavilla nenätipoilla.

Jos vuoto alkaa uudelleen

- pysy rauhallisena ja istu etukumaraan asentoon
- laita vuotavan sieraimen puolelle kostutettu pumpulituppo
- paina lujasti nenää yhtäjaksoisesti 15 - 30 minuuttia vuotavan sieraimen puolelta nenän väliseinää vasten
- jääpussi tai kylmä kääre niskaan ja nenän päälle auttavat vuoron tyrehtymisessä
- jos verta tuntuu valuvan nieluun – sylje ulos, älä niele
- tyhjennä nenä verihyytymistä tarvittaessa reilusti niistämällä

Jos vuoto ei em. toimista huolimatta lopu, ota yhteyttä terveyskeskukseen tai sairaalaan

Hyväksytty:

Ilkka Käsmä, vastaava lääkäri

Päivittäjä:

Johanna Pekkilä, kehittäjäsaaraanhoidaja

Päiväys:

2.10.2018