



جامعة الإمام عبد الرحمن بن فيصل
IMAM ABDULRAHMAN BIN FAISAL UNIVERSITY

مستشفى الملك فهد الجامعي
King Fahad Hospital The University

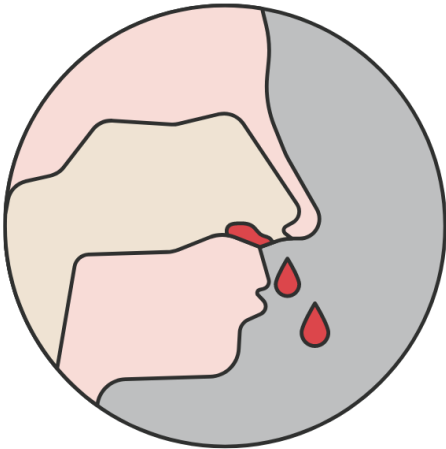
كيفية التعامل مع نزيف الأنف والأدوية المسيلة للدم

Nose-bleed and Blood Thinner Medications



كيف أعرف بوجود نزيف الأنف؟

نزيف الأنف هو عبارة عن فقدان الدم من الأنسجة التي تشكّل بطانة الأنف، يحدث غالبًا من فتحة واحدة بالأنف ويتفاوت نزيف الأنف في شدّته من البسيط الذي يتوقف من تلقاء نفسه إلى الشديد الذي يتطلّب عناية طبيّة فورًا.



ماذا أفعل إذا حدث لي نزيفٌ بالأنف مع استخدام الأدوية المسبِّلة للدمِّ؟

- ١- ابقَ هادئًا.
- ٢- انحنِ قليلًا إلى الأمام في حين كنت جالسًا أو واقفًا.
- ٣- تجنّب الاستلقاء أو إمالة رأسك للخلف فقد يؤدي ذلك لابتلاع الدم والتقيؤ عندها.
- ٤- أمسك بجانبيّ الجزء اللين (الغير عظمي) من أنفك.
- ٥- تجنّب الضغط على أحد الجانبين دون الآخر حتى في حين كان النزيف من جانب واحد فقط.
- ٦- اضغط لمدة 10 – 15 دقيقة على أنفك مع مراعاة عدم فكّ الضغط عن الأنف للتأكد من توقّف النزيف قبل مضي المدّة المنصوح بها.



ماذا أفعل إذا حدث لي نزيف بالأنف مع استخدام

الأدوية المسبّلة للدمّ؟

٧- للمساعدة في انقباض الأوعية الدّموية قد تُستخدم كمادات باردة أو كيس ثلج على الأنف.

٨- في حين عدم توقّف النزيف فعليك بإعادة الخطوات السابقة.

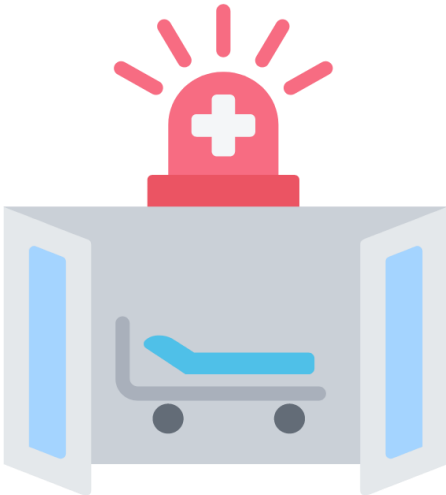
٩- في حال استمرار النزيف بعد مرور نصف ساعة (30 دقيقة) فعليك التوجّه للطوارئ على الفور.

١٠- بعد توقّف نزيف الأنف عليك تجنّب الاستنشاق أو النفخ من أنفك بشدّة لعدّة ساعات.



متى يتوجب عليّ الذهاب للطوارئ؟

- في حال استمرار نزيف الأنف بعد القيام بالإسعافات الأولية.
- في حال كان نزيف الأنف حادًا وصاحبه صعوبة في التنفّس.
- في حال تكرّر حدوث نزيف الأنف.
- في حال ظهور كدمات أو نزيف بأماكن أخرى من الجسم.
- في حال كان النزيف مصاحبًا بالشعور بدوار في الرأس أو تعب أو ألم في الصدر أو ارتفاع بضغط الدّم.



المصادر والمراجع:

جميع الصور التوضيحية من [canva.com](https://www.canva.com)

المراجعة والتدقيق:

تمت مراجعة محتوى هذا الكتيب من قبل قسم الخدمات الصيدلية بمستشفى الملك فهد الجامعي بالخبر.

قسم الخدمات الصيدلانية

وحدة التوعية الصحية

IAU-24-582



جامعة الإمام عبد الرحمن بن فيصل
IMAM ABDULRAHMAN BIN FAISAL UNIVERSITY

مستشفى الملك فهد الجامعي
King Fahad Hospital The University