

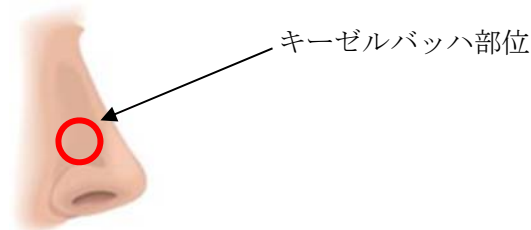
鼻出血

<p>基礎知識</p>	<p>鼻出血とは、固有鼻腔・副鼻腔・上咽頭に出血部位があつて外鼻孔から出血すること、あるいは後鼻孔から血液が咽頭に流下することです。</p> <p>子どもの鼻出血では、キーゼルバツハ部位からの出血が 90%以上です。キーゼルバツハ部位は鼻孔から約 1cm の鼻中隔前方部位にあります。鼻腔粘膜は内頸動脈と外頸動脈の分枝から血流を豊富に受けており、この吻合部にあるキーゼルバツハ部位は、毛細血管が多い上に薄い粘膜でできているため、少々の刺激でも出血しやすくなります。</p> <p>分類</p> <ul style="list-style-type: none"> <特発性> <ul style="list-style-type: none"> 原因が明らかでないもの <症候性> <ul style="list-style-type: none"> ・局所性 <ul style="list-style-type: none"> 鼻・副鼻腔局所に原因のあるもの（外傷や腫瘍などによるもの） ・全身性 <ul style="list-style-type: none"> 出血性素因・血液凝固障害をきたす全身性疾患があるもの 抗凝固療法（アスピリン、ワーファリン等の内服）を行っている
<p>小児の特徴</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 低年齢であればあるほど、体重に占める循環血液量の割合が大きくなるため、鼻出血であったとしても出血量によってはショックをおこす可能性があります。 2. 保護者は、止まらない出血の不安から動揺していることが多く、保護者の動揺は子どもに伝わるため、保護者が落ち着いて対応できるようにする必要があります。 3. 背景にはアレルギー性鼻炎の存在が多く、鼻がかゆくて鼻をこする、鼻をいじるなど、物理的な刺激が誘因となりやすく、鼻粘膜が薄い上に血管が拡張しているため、容易に出血します。
<p>電話相談 対応フロー図</p>	<div style="text-align: center; margin-bottom: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;">鼻血が出た</div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: flex-start;"> <div style="width: 60%;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <input type="checkbox"/> 頭部外傷・顔面外傷による鼻出血 （特に薄い血液） <input type="checkbox"/> 意識がない <input type="checkbox"/> しっかり呼吸ができず顔色が悪い </div> <div style="text-align: center; margin-bottom: 10px;">↓</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <input type="checkbox"/> キーゼルバツハ部位を圧迫しても 15分以上出血が止まらない <input type="checkbox"/> 顔色が悪い <input type="checkbox"/> 反応が鈍い <input type="checkbox"/> 鼻の変形がある </div> <div style="text-align: center;">↓</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;"> <input type="checkbox"/> 診療時間内に受診 </div> </div> <div style="width: 35%; text-align: center;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">1つでもあれば</div> <div style="margin-bottom: 10px;">→</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;">救急車で病院へ</div> <div style="margin-bottom: 10px;">↓</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">1つもない</div> <div style="margin-bottom: 10px;">→</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;">1つでもあれば</div> <div style="margin-bottom: 10px;">→</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;">早めに病院を受診</div> <div style="margin-bottom: 10px;">↓</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">1つもない</div> </div> </div>

ホームケア

1. 鼻出血があるときのケア

- 1) 子どもや保護者は、出血が止まらないことによる不安から動揺していることが多く、保護者の動揺が子どもに伝わり、泣いたり叫んだりことが多く見られます。子どもが泣いたり、動いたりすることで止血を妨げる要因になる場合があるため、子どもや保護者には、必ず止血すること、鼻出血の量は体全体の血液に比べれば多くないことを説明し、あわてずに子どもを抱きしめるなどして安心させましょう。
- 2) 子どもに座位をとらせ、前屈し少し下方を向いた姿勢をとらせましょう。血液が胃内に流れ込むことで吐き気を誘発する可能性があり、このような姿勢をとることで喉の方に血液が流れにくくなること伝えましょう。また、寝かせる場合には頭部を高くするか、顔を横に向かせ、血液が咽頭に流下し嘔吐した際、窒息しないようにしましょう。
- 3) 口の中に血液がたまった場合は、飲み込まずに吐き出させるようにしましょう。
- 4) キーゼルバッハ部位（下の図参照）を母指と示指でつまんで 15 分程圧迫しましょう。キーゼルバッハ部位は、鼻の穴から 1cm 入ったところ、もしくは、外から触って骨がなくて硬くない「小鼻の部分」です。実際に子どもの鼻を示して伝えると家族にも分かりやすいでしょう。また、出血部位が左右どちらか確実な場合にはその側だけを圧迫してもよいでしょう。乳児は鼻呼吸を主としているため、呼吸を妨げないように出血側だけの圧迫にしましょう。



- 5) 冷たいタオルや氷嚢で、額から鼻の部分をやや冷やし、安静に座らせておきましょう。
- 6) 受診のタイミングを伝えましょう。圧迫をしても、15 分以上チョロチョロと出血が持続している場合や一日に何度も出血を繰り返す場合は、医療機関を受診するように伝えましょう。キーゼルバッハ部位より奥からの出血の場合は圧迫で止血せず、出血部位の血管を直接止血する外科的な処置が必要な場合があるため、ショックの徴候がないかを確認し、ショック症状がある場合は医療機関を受診するように伝えましょう。

<保護者に伝える分かりやすいショック症状の伝え方>

- ・ 顔色不良→口唇色や顔色が白っぽいまたは紫色
- ・ 意識レベルの低下→呼びかけに反応が鈍いまたは無い
- ・ 手足が冷たく冷や汗がでている

2. 鼻出血がおさまっている時のケア

- 1) 止血後 5～6 時間は鼻をかむことや、辛いものやカフェインを含むものなどの刺激物は控えた方がよいことを伝えましょう。
- 2) 「口を閉じたままくしゃみをしない」「鼻をほじるなど刺激をしない」などのことも伝えるとよいでしょう。
- 3) 鼻出血が頻繁な場合、耳鼻科受診を勧めましょう。

<p>FAQ (よくある 質問)</p>	<p>Q-1 鼻血が出て止まりません。通常何分くらいで止まるのでしょうか。また、どれくらい止まらないと危険でしょうか。</p> <p>A 通常5分以内にとまることが多いです。止血法を行い15分経過しても鼻血が続いている場合は医療機関の受診をしましょう。</p> <p>Q-2 鼻血が出た場合、首筋をトントンとたたくと良いと聞いたことがあります。子どもでもトントンと首筋をたたいて良いのでしょうか。</p> <p>A 鼻血が出た場合首筋をトントンとたたく方法は大人でも子どもでも医学的な根拠はありません。むしろ安静にする方が良いです。(「止血方法」参照)</p> <p>Q-3 子どもが吐血しました。その少し前に鼻血が出ていました。関係があるのでしょうか。その後病院へ行った方が良いでしょうか。</p> <p>A 鼻血が出ると体位によっては喉の奥にたまり飲んでしまうことがあります。何かの拍子に嘔吐すると、鼻血の際に飲み込んだ血液が吐物に交じって出てくる場合があります。鼻血の血液が混じったもので現在(15分以内に)鼻血が止まっていれば受診の必要はありません。しかし、15分以上鼻血が続き嘔吐していたり、鼻血などがなく吐血したりする場合は受診をおすすめします。</p> <p>Q-4 止血のために、ティッシュペーパーを詰めなくてよいですか。</p> <p>A 乾いたティッシュペーパーを詰めると止血後の抜去時に紙片が付着し、粘膜を傷つけて再出血の恐れがあります。出血が止まりにくいときはガーゼを切ったものか、化粧用の柔らかいコットンを詰めると良いでしょう。挿入は約2cm程度までにし、奥まで詰めすぎないように注意しましょう。ガーゼやコットンにワセリンや軟膏をつけることで粘膜を傷つけず抜き取りもスムーズになります。</p>
<p>引用・参考文献</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1) 守本倫子：耳鼻科救急. 小児科臨床ピクシス小児救急医療 五十嵐隆 総編集. 中山書店,2008,P135 2) 海野徳二：系統看護学講座 専門17 耳鼻咽喉疾患患者の看護. 医学書院,2001,P105 3) 工藤典代：鼻出血・耳痛.河野陽一小児救急外来診療マニュアル 小児の症状別アセスメントと治療・処置・家族への対応,医学芸術社,2004,P113～115 4) こどもに起こりやすい事故の予防と手当てについて,幼児安全法講習教本,日本赤十字社編集,日赤サービス,2012、P44～58 5) 梶田裕香：鼻出血が止まらない!,Emergency Care,26(10),P954～955 6) 日本小児科学会 HP：http://kodomo-qq.jp/ (2016.3.7 閲覧) 7) 大滝純司、齊藤裕之：マイナーエマージェンシー 医歯薬出版株式会社