



最近、鼻血が出るようになった。 対処法を教えてください

51歳、女性。最近、鼻血が出るようになりました。幼少期から出たことがないので、白血病を心配し、耳鼻咽喉科に受診し、血液検査をしましたが異常なしでした。「アレルギーがあるので、鼻粘膜が荒れていた」といわれましたが、その後も鼻血をくり返します。対処法を教えてください。（岐阜県 I）

耳鼻咽喉科



笠井耳鼻咽喉科クリニック
自由が丘診療室（東京都）
笠井 創

回答者



A 鼻出血は血管がもろくなる中年期以降によくおこる
対処法は圧迫止血が基本

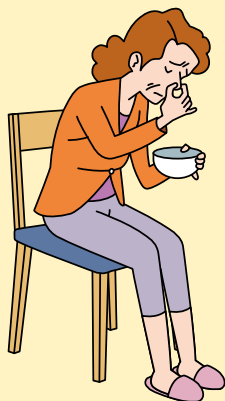
鼻血は鼻の粘膜や血管が傷つくことによっておこる出血です。幼少期や血管がもろくなる中高年以降でもよくおこります。

鼻血のほとんどはキーゼルバツハ部位でおきます。キーゼルバツハ部位は左右の鼻を分ける鼻中隔の入り口付近にあり、鼻に指を入れたときに鼻の内側で指先に硬く触れる部分です。この部分は細い血管が集中しているうえに、粘膜が薄く、血管の表面があまり保護されていないため、わずかな外傷や刺激で出血します。

とくにアレルギー性鼻炎がある人は、鼻粘膜が弱くなるので、鼻血をくり返します。鼻汁が常に鼻の入り口に出てきていると、キーゼルバツハ部位の粘膜のただれはなかなか治りません。かゆみがあるので、無意識のうちにいじってしまっていることもあります。

白血病や再生不良性貧血などの血液疾患、上顎がんなどの副鼻腔腫瘍、オスラー病などの粘膜血管

鼻出血の対処法



鼻血が出たとき、上を向くと血がのどに流れ落ち、吐き気や嘔吐をもよおすこともあるので、まず前かがみになることが大切。そして脱脂綿（なければティッシュペーパーなど）を親指大くらいにして出血側の鼻の入り口に詰め、両側の小鼻（鼻翼）を親指と人差し指でつまむようにして、10分間しっかり押さえつける。

異常により鼻血をくり返すことがあります。しかし、それらの病気はごくまれで、ほとんどの場合が、キーゼルバツハ部位に対する止血法が間違っていることが原因です。

鼻出血の対処法は圧迫止血が基本です。キーゼルバツハ部位の出血の場合、図のように圧迫することとでほとんどの鼻血は止まります。それでも出血が止まらない場合は、たんなる鼻血と思えない場合は、耳鼻咽喉科に受診してください。

キーゼルバツハ部位の鼻出血の予防のために行う耳鼻咽喉科での治療は、鼻炎があれば対症治療としてそれに対する薬を処方しま

す。ご相談者はアレルギー性鼻炎があつて、鼻粘膜が荒れているということですから、鼻炎の治療が必要です。抗ヒスタミン薬でかゆみや鼻水を抑え、ステロイド軟こうなどにより粘膜の炎症を抑えます。それでよくならない場合は、レーザーや電気凝固術を使って出血部位の粘膜血管を焼灼する手術治療を行うこともあります。

鼻出血の予防には、鼻をほじらないようにし、外気の乾燥しやすい冬季には室内を加湿し、就寝中もマスクを着用します。鼻の入り口にワセリンなどの保湿剤を塗って鼻の中の乾燥を防ぎましょう。