

Hidung berdarah

» Penyakit biasa tetapi boleh mengancam nyawa jika ambil remeh

INFO
Bagaimana memberhentikan hidung berdarah?

U mungnya hidung berdarah boleh terjadi secara spontan apabila membran di dalam hidung kering dan terkoyak. Ia biasanya terjadi dalam cuaca kering atau ketika musim sejuk. Keadaan itu juga membuatkan kita panik untuk mengatasi aliran darah yang banyak keluar.

Masalah hidung berdarah ini juga berlaku kepada sesiapa saja tanpa mengira usia termasuk kanak-kanak terutama ketika cuaca panas atau terlalu sejuk.

Ia boleh berlaku kerana pelbagai sebab antaranya penyakit termasuk sinus, darah tinggi, demam denggi, penyakit hidung atau darah.

Pendarahan hidung boleh disebabkan oleh masalah di bahagian hidung itu sendiri (*local causes*) atau masalah kesihatan lain (*systemic causes*).

Peredaran udara keluar masuk melalui hidung turut berpotensi mengeringkan atau menjejaskan membran dalam hidung hingga mengakibatkan sekitar dalam hidung berkuping malahan boleh berdarah apabila digosok atau ditarik.

Hidung berdarah boleh juga disebabkan salur darah kecil pecah. Pendarahan berlaku pada hidung, pendarahan di bahagian atas hidung atau bahagian bawah hidung. Kedudukan hidung juga mendedahkannya kepada trauma jika berlaku kecederaan pada

Jenis hidung berdarah

Kebanyakan masalah hidung berdarah boleh mengganggu kehidupan seharian kita.

Lebih menakutkan, kadangkala masalah sebegini boleh mengancam nyawa apabila darah keluar dengan terlalu banyak dan tidak henti-henti. Terdapat 2 jenis hidung berdarah:

1 **Hidung berdarah daripada depan** - Darah keluar dari bahagian depan hidung dan mengalir keluar ke salah satu lubang hidung atau kedua-duanya sekali jika pesakit bangun atau berdiri.

2 **Hidung berdarah daripada belakang** - Hidung berdarah berlaku jauh ke dalam hidung dan mengalir keluar melalui bahagian belakang mulut dan tekak. Tidak kiralah pesakit itu sedang berdiri ataupun bangun.

Cara Merawat

Hentikan hidung berdarah dengan cara berikut:

- Picit secara lembut semua bahagian hidung dan bernafas melalui mulut. Lakukannya selama 10 minit tanpa berhenti.
- Jangan baring. Bangun dan bongkokkan badan ke hadapan (jangan mendongak ke atas. Ini akan menyebabkan darah mengalir turun ke kerongkong).
- Bersihkan darah dengan menggunakan tisu atau kain lembap.
- Letakkan ais (hancurkan ais dalam kain yang bersih) ke dahi dan pipi.

wajah.

Punca hidung berdarah.

Pendarahan hidung boleh disebabkan masalah dalam hidung sendiri termasuk trauma seperti patah dan rawatan sinus atau kerana jangkitan selsema, batuk, ketumbuhan hidung (bukan kanser atau kanser), benda asing dalam hidung dan sebagainya.

Menjelas lanjut, Perunding Telinga, Hidung dan Tekak (ENT) dan Pembedahan Leher dan Kepala, Pusat Perubatan Tropicana, Dr Mallina Sivarajasingam, berkata ada juga pendarahan disebabkan pengambilan ubat seperti aspirin atau ubat anti radang. Dalam keadaan begini trauma kecil pun boleh menyebabkan hidung berdarah.

“Ada kala hidung berdarah

⊙ Picit **bahagian bawah** hidung.

⊙ **Tekan** hingga terasa **tulang** muka.

⊙ **Mendongak** dengan kepala **menegak**.

⊙ Picit **hidung** sekurang-kurangnya lima minit. Ulang jika **darah masih** tidak berhenti

⊙ **Pastikan** kepala menunduk sedikit untuk mengurangkan pengaliran darah

⊙ Letak **tuala berisi** ais kepada hidung dan pipi.

⊙ Jangan dongak kepala kerana membuatkan darah masuk semula ke hidung dan tekak.

disebabkan jangkitan, alahan atau masalah sinus, tekanan darah tinggi, mengorek hidung keterlaluhan yang menyebabkan trauma, pengambilan alkohol.

“Hidung berdarah memang sangat biasa walaupun bagi sesetengah orang ia boleh mengancam nyawa. Biasanya, selaput dalam hidung cenderung untuk mengering kerana perubahan cuaca, alahan atau masalah sinus. Kehadiran objek asing dalam laluan nasal juga boleh menyebabkan hidung berdarah,” katanya.

Sebabkan darah keluar.

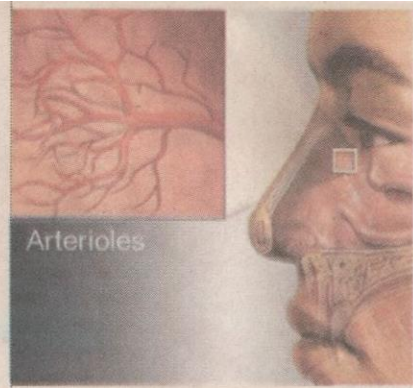
Dr Mallina juga berpendapat pendarahan hidung boleh berlaku akibat luka pada lapisan dalam hidung dilapisi membran mukosa yang berfungsi untuk

mengekalkan kelembapan kulit.

“Membran mukosa memiliki banyak salur darah sensitif dan mudah luka. Kedudukan hidung di tengah muka juga menyebabkan ia sentiasa terdedah kepada risiko trauma seperti hentakan apabila jatuh atau dipukul.

“Pendarahan hidung boleh bermula pada septum iaitu kawasan dipenuhi saluran darah halus dan antara dinding memisahkan dua lubang hidung atau dikenali anterior.

“Jenis kedua pula dikenali pendarahan posterior atau bahagian hidung paling dalam dan keadaan itu membuatkan pendarahan mengalir ke mulut dan tekak ketika pesakit berdiri atau duduk. Bagaimanapun ia jarang berlaku,” jelasnya ketika ditemui, baru-baru ini.



Arterioles

Selepas pendarahan berhenti

- ⊙ Jangan menghembus hidung dengan kuat dalam 24 jam pertama.
- ⊙ Elakkan bersin atau batuk (jika boleh) atau meneran dalam tempoh 24 jam pertama.
- ⊙ Elakkan daripada mengorek hidung.
- ⊙ Ambil makanan sejuk (suhu biasa).
- ⊙ Gunakan pelembap hidung untuk mengelakkan kekeringan (semburan atau krim sapuan).
- ⊙ Pelembap udara.

Petua Tradisional

Untuk hentikan pendarahan. Gunakan beberapa helai daun sirih .1. Cuci dulu sehelai daun sirih tadi agar ia bersih dan suci. 2. Kemudian, patahkan batang daun sirih dan lipatkan supaya saiznya lebih kecil kemudian gulung daunnya. 3. Masukkan gulungan daun sirih ke dalam lubang hidung. 4. Semasa hidung disumbat, sebaiknya anda dalam keadaan berbaring secara dan dalam keadaan berehat. Tinggikan sedikit kedudukan kepala anda.



Masalah **hidung berdarah** dideritai oleh pesakit tanpa mengenal usia.

