



## 認識鼻出血

### 一、什麼是鼻出血？

鼻腔部位的流血，即稱鼻出血。症狀輕微的，只流幾滴血便停止了。症狀嚴重的，會流血不止，血液甚至從出血側流到另一側鼻腔，從另一側鼻孔流出，看起來好像是兩側的鼻孔都在流血。當血流速度和流量增加，血液很可能由鼻的後部流入氣管內，而影響呼吸。病人為了保護自己的生命，很自然地將血由口吐出，或直接吞入胃裡，以免窒息。此時病人可能會滿面血水，如果出血過多，病人會出汗，手腳冰冷，皮膚變白，心跳加速，甚至血壓下降，而呈休克狀態，造成生命的危險。

全人智慧 醫療典範  
愛心 品質 創新 當責

經耳鼻喉科醫師或護理專家檢視

臺中榮民總醫院護理部編印

## 二、鼻出血的原因

鼻出血的原因很多，可由全身性和局部性的疾病引起。

(一) **全身性**：一方面是由於血液凝固的過程發生問題，如白血病、出血性紫斑、血友病和維生素 K 缺乏等。另外血管收縮能力差的疾病，如高血壓、血管硬化、家族遺傳性末梢微血管擴張症和維他命 C 缺乏等，也容易出血。

(二) **局部性**：包括各種炎症，如：鼻部受傷，鼻中膈彎曲，鼻腔內生長了腫瘤或有異物等，以下針對常見情況逐一說明。

1. 鼻腔內的黏膜和外界接觸，當吸入過量不潔空氣，會引起發炎，甚至黏膜潰瘍而出血。
2. 過敏性鼻炎的病人，鼻子時常發癢，病人在無法忍受下，只有用手背搓鼻子或用小指挖鼻孔。有時越搔越癢，並使鼻黏膜受傷而流血。這種情形，往往是發生在小孩子身上。
3. 交通事故或器械性的碰撞導致頭部或鼻孔出血。

4. 由於異物阻塞引起的鼻腔受傷，時間一久，鼻黏膜因異物的刺激引起發炎、損傷、壞死和流血。
5. 嚴重鼻中膈彎曲，鼻腔內長了腫瘤或鼻咽癌等，都可以引起鼻出血。

### 三、鼻出血的治療

- (一) 少量流鼻血時可使用手指壓迫法來止血，手指壓迫方法有二：
  1. 以食指由外向內壓迫出血側的鼻翼（另一邊鼻孔則可保持暢通）。
  2. 以食指、拇指由外向內壓迫兩側鼻翼，同時張口呼吸。約三到五分鐘應可止血，若無效應即刻送醫。
- (二) 嚴重鼻中膈彎曲或鼻內長有腫瘤病人，必需要接受鼻中膈矯正手術、或腫瘤切除手術治療。
- (三) 如是發炎引起的出血，可用藥物來治療。
- (四) 對於持續鼻出血，若醫師找到出血血管，則直接做「電燒術」止血。較小的出血可局部使用腎上腺素或酸性溶液（如硝酸銀、三氯醋酸）

來止血，若仍然大量出血，可以用凡士林紗布條（或特殊泡棉，如 Merocel）或以有水球的導管填塞止血。

- (五) 當出血太多，醫護人員會注意您的血壓、脈搏、心跳和呼吸等情形，給予輸液及保持呼吸道暢通，以免因出血太多引起休克而死亡。

#### 四、結論

平日應避免習慣性的挖鼻孔、擤鼻涕、打噴嚏。若有鼻過敏（會常打噴嚏，鼻子發癢）、鼻竇炎（會常擤鼻涕）應積極治療。原則上不論何種情況所引起的出血，建議及早診斷及早治療以避免不良併發症。

#### 五、參考資料

Kumar, V. (2020). Clinical correlates of epistaxis management in ENT. *Archives of Otolaryngology and Rhinology*,6(2),007-011.  
<https://doi.org/10.17352/2455-1759.000113>

Tunkel, D. E., Anne, S., Payne, S. C., Ishman, S. L.,

Rosenfeld, R. M., Abramson, P. J., Alikhaani, J. D.,  
Benoit, M. M., Bercovitz, R. S., Brown, M. D.,  
Chernobilsky, B., Feldstein, D. A., Hackell, J. M.,  
Holbrook, E. H., Holdsworth, S. M., Lin, K. W., Lind, M.  
M., Poetker, D. M., Riley, C. A., Schneider, J. S., ...  
Monjur, T. M. (2020). Clinical practice guideline:  
Nosebleed (epistaxis) executive  
summary. *Otolaryngology--head and neck surgery* :  
*official journal of American Academy of*  
*Otolaryngology-Head and Neck Surgery*, 162(1), 8-25.  
<https://doi.org/10.1177/0194599819889955>

讓我們來進行測驗，以確認您已充分了解

1. 鼻出血的原因可分為本身血液凝固的全身性疾病及鼻部發炎或腫瘤等局部性疾病。

是 否 不知道

2. 少量流鼻血時可以食指、拇指由外向內壓迫兩側鼻翼，同時張口呼吸。

是 否 不知道

3. 鼻出血時一定要將血由口吐出，不能吞入胃裡。

是 否 不知道。

4. 鼻出血過多時，會出汗，手腳冰冷，皮膚變白，心跳加速，應立即送醫。

是 否 不知道

5. 平日應避免習慣性的挖鼻孔、擤鼻涕、打噴嚏。若有鼻過敏（會常打噴嚏，鼻子發癢）、鼻竇炎（會常擤鼻涕）應積極治療。

是 否 不知道