

# SYMPTOM NÄSBLOD

Uppsats för Akupunkturakademin  
Författare: Miroslav Strbac  
[miroslavstrbac@hotmail.com](mailto:miroslavstrbac@hotmail.com)  
[www.akupunkturakademin.se](http://www.akupunkturakademin.se)

## **Innehållsförteckning**

Inledning	sid 1
Vad är det som händer vid näsblod	sid 1
Västerländsk syn på näsblod	sid 1
Västerländskt förslag på behandling	sid 2
Hur undviker man att få besvär?	sid 3
Traditionell kinesisk medicinsk syn	sid 3
Traditionell kinesisk medicinsk förslag på behandling	sid 3
Slutsats	sid 5
Källor	sid 5

## **Inledning**

De flesta människorna har någon gång i livet fått näsblod. I flesta fall innebär det inte mer än att försöka stoppa blödningen och återgå till det man höll på med. Men för vissa människor innebär näsblod ett bekymmer. De kan få det helt plötsligt utan någon större förvarning eller anledning. Näsblod är sällan livshotande om inte näsblodet håller på länge och är rikligt. Tanken är att se på näsblod som ett symptom då det inte betraktas som en sjukdom. Jag tittar i denna uppsats på näsblod från både västerländskt medicin och traditionell kinesisk medicin, hur de olika synsätten ser på näsblodssymptomet. Därefter ger jag förslag på hur man själv kan behandla näsblod samt hur de olika synsätten kan behandla näsblödning.

### **Vad är det som händer vid näsblod.**

Det finns två typer av näsblod:

- Posteriort näsblod som oftast drabbar äldre med högt blodtryck. Blödningen inträffar längst bak i näsan och tenderar att rinna längst bak av näsan och ner i halsen/munnen.
- Anterior näsblod är den vanligaste typen av näsblod som innebär att blödningen sker genom nashålen.

Näsan innehåller många tunna blodkärl som lätt kan blöda. Näsblod beror på att ytliga blodkärl i näsan brister. Näsblod kan uppstå mest på vintern då virus (förkylningar) är mer frekventa. Övergången från kyla till uppvärmd inomhusluft kan snabbt torka ut basalmembranen i näsan. Att befinna sig i torrt klimat (låg fuktighet) kan även bidra till att torka ut membranen i näsan. Vid förkylningar eller vid långdragna inflammationer bildas en mängd nya kärl under basalmembranet. Dessa kärl kan ibland växa sig stora och bli 50 till 100 gånger större än vad de var från början. Dessa kan orsaka blödning om personen petar, gnuggar, snyter eller får ett slag mot näsan.

Näsblod innebär någon typ av skada på interna näsvävnader. Vissa människor har lättare att få näsblod än andra. Detta kan bero på att deras blodkärl är mer ytliga. Att få spontant näsblod är mer vanligt hos äldre då deras slemhinnor har blivit torrare med åren och att vävnaderna är mindre elastiska vilket kan ta skada vid infektioner.

### **Västerländsk syn på näsblod**

Ur västerländskt perspektiv ses näsblod som ett symptom som kan uppstå vid många olika besvär/sjukdomar. Näsblod betraktas inte som någon sjukdom utan ses tillsammans med andra symptom. Dessutom utförs olika tester för att komma fram till vilken sjukdom som patienten har fått.

Det är mest vanligt att näsblod uppstår vid för kraftiga snytningar, petning av näsan, trauma samt vid olika förkylningar. Dessa blödningar kan patienten i de flesta fall enkelt hantera själv. Däremot om näsblod kommer i tid och otid eller det är svårt att stoppa blödningen kan det vara bra att undersöka saken med sjukvården för att fastställa så det inte är någon allvarligare sjukdom som ligger till grund för näsblödningen.

Frekvent näsblod kan vara ett tecken på:

- \* Arterioscleriosis (åderförkalkning)
- \* Osler Weber Renglu Syndrom.
- \* Bihåleinflammation
- \* Blödarsjuka
- \* Trombocytopeni
- \* Hypertension (högt blodtryck)
- \* Leversjukdom
- \* Medicin som innehåller acetylsalicylsyra
- \* Malaria
- \* Scharlakansfeber
- \* Tyfus
- \* Leukemi
- \* Aplastisk anemi
- \* Blodbrist
- \* Allergi
- \* Högt östrogen och lågt vitaminintag  
t ex C vitamin.

Att gå in och förklara ovanstående sjukdomar är inte syftet med uppsatsen utan mest att se vilka sjukdomar som har näsblod som symptom. Som man kan se, finns det ganska allvarliga sjukdomar där näsblod är ett symptom. Av den anledningen skall näsblod inte tas allt för lätt förutom om det finns någon enkel orsak till näsblödningen.

### **Västerländskt förslag på behandling**

Sitt lite framåtlutad. Det rekommenderas inte att luta huvudet bakåt eftersom man kan bli illamående och få svårigheter med att andas. Försök och inte svälj blod för det kan leda till illamående som kan leda till kräkning. Andas genom munnen och försök spotta ut det blod som är på väg ner i svalget. Klämma med tumme och pekfinger runt näsans mjuka delar i ca tio min.

Om man inte lyckas få stopp på blödningen på detta sett, kan en bomullstuss stoppas i näsan i ytterligare tio minuter. Låt bomullstussen sitta kvar i ca en timme efter att det har slutat blöda. Droppa några avsvällande näsdroppar på bomullstussen. Det får blodkärlen att dra ihop sig och minska blödningen. Att dränka en bomullstuss i matolja eller vaselin kan hindra tussen från att fastna i sårskorpan när den tas ut. Näsblödningen stannar normalt av när blodet koagulerat

Har man lätt att få näsblod går det att köpa blodstillande vadd på apoteket. Vadden innehåller ett ämne som gör att blödningen stoppas snabbare.

Några behandlingar som görs enligt västerländsk syn är följande:

- \* En främre blödning från ett synligt kärl kan brännas med kromsyra.
- \* En diffus slemhinneblödning framtill i näsan behandlas med spongostran indränkt i Cyklokapron som förs upp i näsan.
- \* Blödning i övre delen av näsan stoppas med ett kraftigt tryck genom inläggning av en tamponad indränkt i ex Cyklokapron eller Terracortril.
- \* En blödning från bakre delen av näsan där man inte kan se kärlet stoppas med en foleykateter kuffad med 8-10 ml natriumklorid samt främre tamponader av gasväv indränkta med Terracortril eller Cyklokapron.

Det är svårt att själv fastställa varifrån blödningen uppstår och av den anledningen söker man upp ett sjukhus för att få hjälp med ovanstående behandling. En blödning som inte vill sluta behandlas av läkare.

## Hur undviker man att få besvär ?

Torka näsan försiktigt och inte för ofta när man är förkyld och behöver snyta sig. Det går även att skölja näsan med koksaltlösning som finns som droppar eller spray på apoteket. Vid för torra och såriga slemhinnor kan mjukgörande nässprej med sesamolja prövas som finns på apoteket. Undvik även att peta i näsan för mycket då det kan skada vävnaderna.

## Traditionell Kinesisk Medicinsk syn

Ur ett TCM perspektiv ses näsblod på samma sätt som västerländskt perspektiv som ett av många symptom som behöver gås igenom innan man hittar vilket/vilka organ som är inblandade och behöver behandling. Differentieringen görs genom utfrågning och övriga besvär/symptom som patienten har. Dessutom undersöks tungan och pulsen på patienten för att se vilka organ som är inblandade.

Kanaler som till största del kan vara orsaken till näsblod är Lungans, Du Mais, Tjocktarmens, Magens, Urinblåsans samt leverns och mjältens meridian.

De två vanligast orsakerna till näsblod är hetta som rör upp blodet eller svaghet i Qi som har svårt att hålla blodet. De organ som främst är involverade när det gäller hetta är lever, mage och lungan eller om det är svaghet av qi i mjälten som inte klarar av att kontrollera blodet. Akut näsblod kan även orsakas av invasion av vind hetta.

Näsblod är ett av symptomen i följande ZangFu besvär.

- |  |                                    |
|--|------------------------------------|
| * Lever hetta förolämpar lungorna          | * Akut hetta i lungorna            |
| * Svaghet i mjälten                        | * Hetta i magen                    |
| * Svaghet i njurarnas yin med tomhetshetta | * Lever blod stagnation            |
| * Invasion av vind hetta                   | * Överbliven torr hetta i lungorna |
| * Kollaps av både yin och yang             |                                    |

## Traditionell kinesisk medicinsk förslag på behandling

Stoppa blödningen genom att stoppa in lite bomull i näsan som har förklarats under västerländskt avsnitt. Massera någon eller några av nedanstående punkter för att stoppa blödningen fortare. Man behöver inte använda alla punkter utan det räcker med en eller två av punkterna som behandling.

- \* UB 2. Akut akupressur punkt för kraftig näsblod. Lindrar också ögonsmärter.
- \* Du 24. Används till att ta bort näsblod, muskelkramp, svimningar och yrsel.
- \* Ma 3 Lindrar sinus smärta, trötthet i ögonen, och lindrar trycket i näsan och huvudet.
- \* Du 16 Bra för ögonen, öronen, näsan och hals. Tar bort huvudvärk, stel nacke, näsblod och nacksmärter.
- \*Tj 4 Lindrar sinus smärta, näsblod, hög feber, huvudvärk, och tandvärk. Skall inte användas av gravida för det kan leda till för tidig förlossning.
- \*Le 1 & Mj 1. Tryck runt stortån. På detta sätt kan båda dessa punkter nås. Dessa punkter är bra för att förhindra blödning.
- \*Lu 6 Är en bra punkt att massera ifall man har återkommande näsblödningar. Ömmar ifall behandling behövs.

Skulle man inte lyckas få stopp på blödningen bör sjukvården kontaktas för närmare undersökning och behandling.

Här nedan kommer några förslag på punkter som kan användas vid näsblod av en akupunktör:

Lungans punkter	3, 5, 6, 11
Du mais punkter	14, 16, 20, 22, 24, 25
Tjocktarmens punkter	2, 3, 4, 5, 6, 20
Magens punkter	3, 44, 45
Urinblåsans punkter	2, 4, 7, 12, 15, 17, 18, 31, 40, 45, 56, 57, 58, 62, 66, 67
Levers punkter	1, 2, 8
Mjältes punkter	1, 6

Andra meridian punkter som kan användas

Hjärtans punkt	6	Tunntarmens punkter	1, 2,3
Njurens punkter	3,7	Hjärtsäckens punkt	4
Trippelvärmarens punkt	5	Gallblåsans punkter	5, 19, 20, 39
Ren Mais punkter	7, 9, 22, 24		

Extrapunkter Bitong och Yintang

Punkter som kan användas ifall blödningen är svårstoppad

Hjärtsäckens punkter 8                      Levers punkter 1  
Du Mais punkter 14,15,26,27

Samtidigt som patienten får kroppsakupunktur kan han/hon även få öronakupunktur. Några av punkter som kan användas är: Punkten för lunga, apex, inre näsa, panna samt två punkter för binjure.

Akupunktören kan även rekommendera patienten olika förslag på kost som patienten kan tillreda för att påverka näsblödningarna. Några förslag som kan användas är:

\* Lomme    \* Nypon    \* Vinäger    \* Lotusrot

Diagnosen är viktig när kost rekommenderas. Vid t ex hetta diagnos bör patienten äta mer vegetabilisk mat samt mycket frukt för att lugna ner hettan i kroppen. Patienten bör undvika att äta friterad mat samt starka kryddor som t ex vitlök.

Beroende på akupunktörens kunskaper kan han/hon även använda sig av örter eller någon typ av örtformler för att behandla patienten. Ett örtrecept som är väldigt användbar vid blödning är Yunnan Baiyao. Används för att stoppa blödningar och lösa upp olika blodstagnationer i kroppen. Pulvret håller/lägger man in i näsan för att stoppa näsblödningen. Om det är stora blödningar kan man dessutom inta det oralt.

**Slutsats**

I både västerländsk och traditionell kinesisk medicin ses näsblod som ett av symptomen tillsammans med många andra för att kunna differentiera vilken sjukdom/besvär patienten har drabbats av. De största skillnaderna är att man använder sig av olika tester för att bedöma patientens problem. I västerländsk medicin används ofta blodprov för att kunna ställa diagnos, medan inom traditionell kinesisk medicin undersöks tungan och pulsen. Ser man på fler symptom som patienten har så hittas många likheter mellan västerländsk medicin och traditionell kinesisk medicin. Skillnaden är att i västerländsk medicin benämns sjukdomen med en diagnos medan i traditionell kinesisk medicin benämns hur ett organ har blivit drabbat.

Har man enbart drabbats av en tillfällig näsblödning, finns det många olika förslag till hur blödningen kan stoppas. Jag har tagit upp två förslag på hur patienten själv kan behandla sig själv vid tillfällig näsblödning. Det som skiljer dem åt är att i västerländska förslaget väntar man ut tills näsblodet koagulerar eller tar till olika medel för att få blodkärlen till att dra ihop sig. Inom traditionell kinesisk medicin är förslaget att använda sig av akupressur på vissa punkter för att snabbare stoppa blödningen. Ytterligare punkter som kan användas är öronpunkter. Ett annat sätt att minska risken att få näsblod är att inte utsätta näsan för mycket påfrestning samt ta till de kostförslag som nämnts.

Lyckas man inte med att stoppa näsblödningen skall läkare alltid uppsökas för ytterligare undersökning.

### **Källor**

- \* Egnvårdsguiden (Praktiska råd om vård från [www.1177.se-din](http://www.1177.se-din) nya Kan själv bok) Landstinget Halland, Gothia Förlag, Erlanders Sverige AB, Mölntycke 2009.
- \* Clinical Chiropractic The Management of Pain and Disability "Upper Body Complaints" Författare: R. C. Schafer, DC, FICC. The Motion Palpation Institute, 21541 Surveyor Circle, PO Box 6100, Huntington Beach, CA 92615 USA, 1991.
- \* Reijo Pöyhönen. Traditionell kinesisk medicin Grundläggande teori samt Diagnostik och differentiering. Svenska TCM-skolan 1996.
- \* Peter Torssell. Kinesisk kostlära. Peter Torsell. Akupunkturakademien. Tredje upplagan. Tryck 2005 av Thomas Broberg Grafiska.
- \* Giovanni Maciocia. Diagnosis in Chinese Medicine, A Comprehensive Guide. Elsevier Limited 2004.
- \* Peter Deadman & Mazin Al-Khafaji, A manual of Acupuncture, Journal of Chinese Medicine Publications 2007, Cromwell Road 22, Hove, England..

### **Internet sidor**

- [www.herbalremedies.com/bloodynose.html](http://www.herbalremedies.com/bloodynose.html)
- [www.sjukvardsradgivningen.se/artikel.asp?CategoryID=28642](http://www.sjukvardsradgivningen.se/artikel.asp?CategoryID=28642)
- [www.sjukvardsradgivningen.se/artikel.asp?CategoryID=27619](http://www.sjukvardsradgivningen.se/artikel.asp?CategoryID=27619)
- <http://en.wikipedia.org/wiki/epistaxis>
- [www.wikihow.com/Prevent-Nose-Bleeds](http://www.wikihow.com/Prevent-Nose-Bleeds)
- [www.sjukvardsradgivningen.se](http://www.sjukvardsradgivningen.se)
- [www.nlm.nih.gov/medlineplus](http://www.nlm.nih.gov/medlineplus)
- [www.herbalshop.com/acupressure/acupressure\\_23.html](http://www.herbalshop.com/acupressure/acupressure_23.html)
- [www.villervalla.wordpress.com/2006/12/23](http://www.villervalla.wordpress.com/2006/12/23)
- [www.medtronic.se](http://www.medtronic.se)