

我兒子在某次鼻子過敏的很厲害時流了很多鼻血，為何他會流鼻血呢？也是過敏引起的嗎？

答：鼻子主要的功能之一就是濕潤及溫暖吸入的空氣，所以鼻腔黏膜中的微細血管分佈很密。患有過敏性鼻炎的人容易流鼻血的原因是，當鼻黏膜發炎腫脹時會變的更脆弱，這時，只要表面有一些小受損就會使小血管破裂，引起流鼻血。而鼻子過敏發生時，人們又常常喜歡揉鼻子或者頻繁的擤鼻涕，這都會讓脆弱的鼻黏膜更容易受損。

流鼻血時，一般人都習慣於將頭向後仰，鼻孔朝上，認為這樣做可以有效止血，這其實是錯誤的。這麼做只是看不見血外流，但實際上血還是繼續的在流，向內流向口腔。所以，如果你兒子再次流鼻血時，以下是你應該採取的措施：

- ✓ 保持冷靜，切勿慌亂，才能安撫被出血驚嚇的孩子。
- ✓ 頭部應該保持正常直立或稍向前傾的姿勢。
- ✓ 用手指從鼻子外面壓迫出血側的鼻樑部(軟鼻子處)，就像一般以手夾鼻子的做法，直接壓迫約五至十分鐘。大部份病人都可以此種方法簡單地來止血。而另一側未流血的鼻孔仍可通暢地呼吸著。
- ✓ 如果壓迫超過了十分鐘後仍未止血，則可能是嚴重的出血，或其他問題存在著，此時就須要送醫做進一步的處置。

除了過敏性鼻炎，其他例如冷氣使鼻黏膜乾燥，過度食用含咖啡因的食物，有凝血功能障礙等原因，都可能造成流鼻血。如果你的孩子流鼻血的次數很頻繁，還是建議你帶他去讓醫師檢查，排除其他的問題。

臺北市立聯合醫院和平婦幼〈婦幼〉院區 林怡青醫師