

## Información para el Paciente

### EPISTAXIS

Le hemos colocado un taponamiento nasal anterior. Esto es introducirle una “esponja” o gasa en el interior de la nariz con el fin de parar la hemorragia.

#### CUIDADOS GENERALES:

- Es normal un ligero manchado de color parecido al agua de lavar carne. Es el resultado del suero que desprende la sangre al coagularse.
- Evite hacer esfuerzos bruscos como sonarse la nariz, estornudar, agacharse o cargar pesos.
- Evite los ambientes secos (calefacción), el consumo de alcohol y tabaco.
- Cuando se acueste mantenga una postura semincorporada. Le ayudará a respirar con más comodidad.
- Acuda a retirar el taponamiento nasal a las 24- 48h. en la consulta de enfermería si no ha sido retirado por su médico u otorrino. Al retirarlo puede sangrar un poco.

#### COMO ACTUAR SI VUELVE A TENER SANGRADO:

- Apriete su nariz con los dedos índice y pulgar durante 20 minutos ininterrumpidos y siéntese con el cuerpo ligeramente inclinado hacia delante.
- No eche su cabeza hacia atrás, tragaría la sangre lo que le puede provocar vómitos.
- Introduzca una gasa humedecida con agua oxigenada, en la fosa nasal que sangra.
- Si en 30min. no ha cesado la hemorragia acuda a un servicio de Urgencias.

#### OBSERVE

- Si el sangrado persiste.
- Si tiene fiebre, náuseas o vómitos en días sucesivos

**SI OBSERVA ALGUNO DE LOS SIGNOS ANTERIORES  
DEBE ACUDIR AL SERVICIO DE URGENCIAS**



Accede online a tus resultados y gestiona tus citas en el área “Mi Quirónsalud” de [quironsalud.es](http://quironsalud.es), o en nuestra App.

**Hospital El Pilar**  
Grupo  quirónsalud