

Adviezen na een neusbloeding

De inhoud van deze folder komt uit de Patient Journey App. Daarom kan het zijn dat sommige verwijzingen in deze folder niet juist zijn omdat zij naar een mogelijkheid in de app verwijzen. Om de informatie zo goed mogelijk te kunnen bekijken is het downloaden van onze app via de app store of google play store aan te raden. Deze app is gratis. Doorloop de volgende stappen om de app in gebruik te nemen:



- 1 Zoek naar Patient Journey in de App Store / Google Play of scan de QR code.
- 2 Download de app
- 3 Accepteer de push notificaties
- 4 Zoek naar ETZ behandelwijzer
- 5 Selecteer de juiste behandeling en druk op 'Start'.

Welkom in de app

Adviezen

Hieronder vindt u de adviezen na een neusbloeding.

Meer informatie over: Adviezen

1. Probeer zoveel mogelijk rust te houden.
2. Niet drukken, persen of buigen.
3. Houdt het hoofd zoveel mogelijk koel.
4. Gebruik geen warm spijzen of dranken.
5. Neem geen warm bad of douche.
6. Ga geen haren wassen; ga niet in de volle zon.
7. Eet geen prikkelende spijzen (bijvoorbeeld sambal of peper).
8. Drink geen alcoholische en koolzuurhoudende dranken.
9. Liefst niet roken.

Aanvullende informatie na een neustampon

- **Onder het gaasje van de tampon kan nog wat rood vocht sijpelen. Dit is geen bloeding, maar een reactie van de neus op de tampon.**
- **Een tampon in de neus kan soms hoofdpijnklachten geven. Indien nodig mag u een pijnstiller nemen, bijvoorbeeld Paracetamol. Neem geen pijnstiller met bloedverdunding.**

Nog vragen?

Telefoonnummers

Voor meer informatie kunt u op werkdagen, tussen 08.30 en 17:00 uur contact opnemen met polikliniek KNO.

ETZ (Elisabeth-TweeSteden Ziekenhuis): (013) 221 00 00

Polikliniek KNO: (013) 221 02 30
polikno@etz.nl

Locatie ETZ Elisabeth Route 4

Locatie ETZ Waalwijk Wachtruimte 3, Nummer 9