

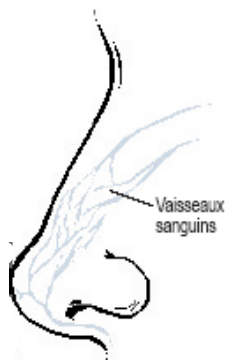
## Saignement de nez

### 1/ Causes habituelles

- Sécheresse du nez (qui provoque des envies de se gratter le nez),
- Coup ou choc,
- Objets insérés dans le nez (enfants),
- Maladies (ex : hypertension),
- Certains médicaments qui fluidifient le sang.
- Certains produits irritants (ex : chlore),

### 2/ Rappel anatomique

Le nez comporte de nombreux vaisseaux sanguins qui servent à réchauffer et à humidifier l'air que vous respirez. Ces vaisseaux sont à fleur de peau et, par conséquent, plus fragiles.



### 3/ Risques

La plupart des saignements de nez sont anodins. Si le saignement persiste, est massif ou se produit fréquemment, il faut consulter un médecin.

### 4/ Symptômes

Ecoulement de sang par le nez.

Vérifier qu'il ne s'agit uniquement que de sang.

### 5/ Conduite à tenir

- ◆ S'asseoir avec la tête légèrement penchée en avant,

Ne pas se pencher en arrière. Le fait d'avaler du sang peut provoquer des malaises et des vomissements.

- ◆ Comprimer les ailes du nez pendant 10 minutes puis contrôler si le nez saigne encore,



- ◆ Eventuellement appliquer une compresse froide,
- ◆ En relais, ou en complément de l'appui digital, une ouate hémostatique peut être utilisée (demander à votre pharmacien)

### 6/ Quand consulter un médecin

- ◆ Le saignement est causé par une blessure,
- ◆ Le saignement dure plus de 15mn,
- ◆ Le saignement se répète souvent,
- ◆ Si le saignement se produit après un traumatisme crânien,
- ◆ Si il y a d'autres symptômes (maux de tête, vomissement,....).

### 7/ Sources

Cours de samaritain de l'ASS.  
HUG