

# Hemorragias nasales

## ¿Qué causa la hemorragia nasal?

La hemorragia nasal se produce cuando la parte interna de la nariz está muy seca y el niño, como es normal, se frota o se mete el dedo en la nariz cuando la tiene tapada o le pica. Hasta sonarse la nariz muy fuerte puede causar una hemorragia nasal. Es muy común que un niño tenga una hemorragia nasal (sangrado de la nariz).

## ¿Cómo puedo cuidar a mi hijo?

Esta es la forma de detener el sangrado:

- Primero, pida a su hijo que se suene la nariz para aflojar cualquier coágulo grande.
- Mantenga sentado a su hijo y luego pinze, con su dedo pulgar e índice bien las partes suaves de la nariz (enmedio del puente nasal) durante 15 minutos.
- Si no ha parado el sangrado después de 15 minutos, ponga un poco de vaselina en un pedazo de gasa.
- Ponga la gasa dentro de la ventana de la nariz.
- Apriete de nuevo por otros 15 minutos. Si todavía no cesa el sangrado, llame al consultorio para agendar una cita.

Estas son algunas ideas para evitar la hemorragia nasal:

- Ponga un poco de vaselina dentro de las fosas nasales 2 veces al día.
- Use un humidificador en la recámara de su hijo por la noche.
- Enséñele a su hija a poner unas gotas de agua tibia en cada fosa nasal antes de que se suene la nariz.
- Si su hijo tiene alergias y esta congestionado, o persiste el sangrado llame al consultorio o agende una cita