



## Numéro des secrétariats

**Service d'urgences :**  
+32 81 20 91 00

**Service de radiologie :**  
+32 81 20 97 40

**Consultation d'ORL :**  
+ 32 81 20 94 34

**Consultation de maxillo-  
faciale:** +32 81 20 98 24

## Les points clés

L'épistaxis, communément appelée saignement nasal, est généralement une ou plusieurs lésions des vaisseaux qui irriguent la muqueuse nasale.

### Facteurs favorisants :

- Hypertension
- Prise d'anticoagulants



**Traitement aux urgences :** Application du Merocel® (tampon nasal). **A garder minimum 48h**

### Conseils aux patients souffrant d'épistaxis

#### Afin d'éviter les saignements:

- **Évitez** la chaleur:
  - pas de bains chauds. pas de boissons chaudes: thé, café, soupes. repas tièdes.
- **Évitez** l'exercice physique.
- Ne vous **mouchez** pas ou avec **peu** d'intensité.
- **Évitez** le tabac et les boissons alcoolisées.
- **Évitez** les médicaments liquéfiant le sang, les anti-inflammatoires si ceux-ci ne sont pas indispensables à votre traitement et avec l'accord de votre médecin traitant.

#### En cas de saignement à la maison :

- Ne **paniquez** pas.
- Ne restez pas couché, ne penchez pas la tête en arrière, **redressez-vous**.
- **Mouchez-vous** une fois pour évacuer les caillots (cela risque d'augmenter le saignement dans un premier temps, c'est normal).
- **Pincez-vous** le nez (2 côtés) pendant 5 minutes chez les enfants et 10-15 minutes chez les adultes sans relâcher la pression.
- Vous pouvez appliquer un linge froid ou **de la glace** sur votre nez et **boire** de l'eau fraîche.
- En cas d'échec après 30min, rendez-vous dans un service d'urgence.

**En cas d'épistaxis récidivantes:** utilisez un humidificateur dans la chambre et appliquez localement de la vaseline et des lavages au sérum physiologique.

→ N'hésitez pas à consulter votre médecin traitant ou le poste de garde (1733) pour toutes questions supplémentaires.

Service  
d'urgences