

1



Stúlkan fær blóðnasir (fremri blæðing) sem stöðvast ekki að síálfu sér.

2



Stúlkan sest niður og hallar sér fram og þrýstir jafnt á báðar nasirnar. Hún hallar sér fram til að blóðið fari út um nasirnar en ekki ofan í maga. Þrýstingurinn stöðvar blæðinguna.

3



Stúlkan fær aðstoð við að halla höfðinu fram frá annari stúlku sem kann skyndihjálp. Sú notar hanska til að tryggja eigið öryggi.

4



Blæðingin hefur stöðvast. Stúlkan tekur því rólega og fær aðstoð við að þrífa blóðið. Fyrst eftir blóðnasir á fólk ekki að skapa óþarfa þrýsting s.s. að snýta sér eða reyna mikið á sig.

Skyndihjálp

Blóðnasir eru af tvennum toga:

Fremri blæðing: Slík blæðing er algengust (90%) en þá blæðir gegnum nasirnar.

Aftari blæðing: Þá blæðir aftur í munninn eða niður í hálsinn. Slík blæðing getur verið alvarlegs eðlis.

Hvað gerirðu?

- Láttu þann sem úr blæðir sitja uppi til að draga úr blæðingunni.
- Hallaðu höfðinu á honum svölítið fram til að blóðið renni út um nasirnar en ekki aftur í háls, það getur valdið teppu í öndunarvegi, ógleði eða uppköstum.
- Haltu jafnt (eða láttu viðkomandi gera það sjálfan) um báðar nasir. Minntu viðkomandi á að anda með munninum og spýta öllu blóði út úr sér.
- Leggja má íspoka yfir nefið til að draga úr blæðingunni, sérstaklega ef hún er afleiðing höggs.
- http://rki.is/Apps/WebObjects/RedCross.woa/wa/dp?name=skyndihjalp_birtafrett&detail=1005943