

## Sangue dal naso: cause e rimedi di un disturbo diffuso tra i più piccini

**Una sorta di vademecum su tutto quello che c'è da sapere sull'epistassi. Dai fattori che la scatenano, a come intervenire in modo opportuno**

La fuoriuscita di sangue dal naso, detta epistassi è, nella maggior parte dei casi, un disturbo passeggero, che compare senza motivo. Si tratta di un problema molto diffuso tra i bambini e gli anziani.

Ma quando il disturbo si presenta con una certa frequenza, oppure è abbondante, è bene rivolgersi al medico, perché potrebbe essere la spia di una malattia. Nei piccoli l'epistassi è legata soprattutto a lievi traumi, che si verificano dopo una caduta, oppure al vizio dei bambini di mettersi le dita nel naso o, addirittura, di inserirvi minuscoli oggetti. È bene sapere che la mucosa che riveste le fosse nasali è particolarmente delicata e ricca di vasi sanguigni superficiali e, di conseguenza, anche un semplice graffio può causare perdite di sangue. Inoltre, anche determinate malattie infettive possono facilitare la comparsa del disturbo. Per esempio, i rinovirus, che sono responsabili del raffreddore, provocano un'infiammazione, indebolendo la parete dei vasi del naso, che deve essere liberato in continuazione. Ma, in questo caso, una soffiata troppo forte può causare la rottura di un vaso sanguigno e quindi portare alla fuoriuscita di sangue.

Vediamo ora come si ferma il flusso... Quando il naso inizia a sanguinare, prima di tutto è bene mantenere la calma. Non a caso, si tratta di emorragie che terminano da sole in pochi minuti. Viceversa, bisogna fare attenzione ai bambini che piangono, perché il flusso di sangue può aumentare e finire in gola, causando un principio di vomito. Quindi, ecco come intervenire: innanzitutto occorre mettere il bimbo seduto, tenendogli la testa leggermente inclinata in avanti; poi, schiacciare con un dito il lato del naso dove c'è la fuoriuscita di sangue, ancora meglio se con un fazzoletto bagnato con acqua fredda o con un cubetto di ghiaccio. Di fatto, il freddo e la pressione favoriscono la coagulazione. Non allarmatevi: sono sufficienti pochi minuti e una leggera pressione!

Da evitare, invece, l'inserimento "fai-da-te" di tamponi o di garze nel naso, che non servono a nulla in quanto irritano ancora di più i capillari. Altro errore da non commettere è quello di piegare la testa all'indietro, perché in questo modo si facilita il passaggio del sangue in gola o nei bronchi. Via libera, invece, ai preparati come gli unguenti nasali, che aiutano la coagulazione, così come l'acido tranexamico, con il quale bagnare piccole garze da inserire delicatamente nelle fosse nasali. Assolutamente sconsigliato il cotone emostatico imbevuto di percloruro di ferro, perché irrita le mucose e può causare altri episodi di epistassi.

***Recarsi al Pronto Soccorso è indispensabile quando non si riesce ad arrestare da soli l'emorragia; in caso contrario è meglio non andarci, perché questo aumenterebbe lo stress della persona, soprattutto se si tratta di un bambino***