



笠井耳鼻咽喉科クリニック  
院長

笠井 創

## Q 毎日のように鼻血で悩む 何もしないのに出ることも

25歳の女性。子供のころから鼻血が出やすく、風呂上がりや顔を洗ったりすると、毎日のように出血します。ティッシュを詰めおくと、いつもはすぐ止まるのですが、この2、3年は何もしないときでも、特に右の鼻から突然出血することが多くなり、日常生活にも支障が出ています。どうすればよいでしょうか。  
(東京 H)

## A 原因がない習慣性鼻出血が 5分間の圧迫止血で止まる

繰り返す鼻血は、その原因と出血部位の確認が重要です。血液疾患や肝機能障害などの出血しやすい全身的疾患がある場合や、副鼻腔炎や鼻腔腫瘍などで出血することがあります。アレルギー性鼻炎がある人は、粘膜が弱くなるので、血管が浮き出るような形で鼻血を繰り返します。女性では代償

出血といつて、生理時に鼻血が起こりやすくなる方があります。

特に原因が無い場合を習慣性鼻出血といいます。習慣性鼻出血で一番多いのは、鼻のキーゼルバツハ部位が傷ついて起こるものです。キーゼルバツハ部位とは、鼻に指を入れたとき、鼻の内側の指先に触れる中央の硬い部分で、ここには血管が多く集まっています。通常の出血では圧迫止血が基本となりますが、鼻血を止めるのにティッシュを詰めるのは好ましくありません。一時的に止血できても、それを抜き取る際に出血部位を刺激して粘膜血管を痛めることがあります。かえて出血する原因になります。抗生物質やステロイドを含んだ軟膏を塗った、綿球を使うようにするのがよいでしょう。親指大の綿球を出血側の鼻腔入り口に詰めて、両側の小鼻(鼻翼)を親指と人差し指ではさんで、強くつまむようにして5分間しっかり押さえることで、ほとんどの鼻血は止めることができます。

耳鼻咽喉科では、出血しやすい部位の血管や周囲の粘膜に硝酸銀溶液などを塗布したり、レーザーや電気凝固機器などを用いて焼灼したりすることで、出血しにくくする治療を行うことができます。最寄りの耳鼻咽喉科医院を受診されて、そのような治療の適応があるかどうかを、判断していただくようにされると良いでしょう。