



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



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.



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



Blæðingin hefur stöðvast. Stúlkan tekur því rólega og fær aðstoð við að þrifa blóðið. Fyrst eftir blóðnasir á fólk ekki að skapa óþarfa þrýsting s.s. að snyta 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 svolítið 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.