

## XỬ TRÍ KHI CHẢY MÁU CAM

Mỗi khi bị chảy máu cam, chúng ta thường làm theo cách: ngửa cổ, lấy tay bịt bên cánh mũi chảy máu, ép cánh mũi vào sát với sống mũi. Tuy nhiên, cách làm này không hẳn đúng.

Hiện tượng chảy máu cam là tình trạng một số mao mạch nhỏ trong mũi đột nhiên bị vỡ và máu sẽ ngừng chảy khi xuất hiện một cục máu đông chặn lại. Vì thế, có thể dùng ngón cái và ngón trỏ ép 2 cánh mũi trong 10-15 phút.

Ngoài ra, có thể lấy viên đá lạnh bọc vào khăn và đặt nó trên trán để giảm máu chảy xuống mũi. Nhưng lưu ý là vẫn phải giữ chặt cánh mũi.

Nếu sau 20 phút mà máu vẫn không ngừng chảy hoặc cảm thấy đau đầu nhẹ, mất nhiều máu thì cần tới cơ sở y tế ngay (đặc biệt là khi mắc bệnh máu khó đông hay bị cao huyết áp).

Có rất nhiều mẹo mà các bác sĩ áp dụng để làm ngừng chảy máu mũi. Ấn một miếng gạc mềm bít lỗ mũi là cách đơn giản nhất. Hoặc có thể dùng gạc tẩm dung dịch adrenaline nếu máu vẫn không cầm thì sẽ cần phải phẫu thuật (đốt phần vỡ của mạch máu).

Tuy nhiên, trong hầu hết các trường hợp, máu cam sẽ ngừng chảy khi thực hiện 1 trong các cách can thiệp đơn giản trên.