

## Neusbloeding, leefregels

### Voor de komende twee etmalen (48) uur gelden voor u de volgende regels:

- Rustig houden
- Geen warme spijzen of dranken
- Geen alcohol of koolzuurhoudende dranken
- Geen haren wassen met warm water
- Niet bukken of persen
- In bed wat meer hoofdkussens
- Geen aspirines of aspirinebevattende middelen

### Indien aangekruist is tevens voor u van belang:

- U gebruikt een bloedverdunnend geneesmiddel (sintrom of marcoumar). U mag dit de komende drie dagen niet innemen. Daarna weer beginnen in overleg met uw huisarts of de trombosedienst.
- Bij u is een te hoge bloeddruk vastgesteld. Dit moet u bij uw huisarts op het eerstvolgende spreekuur laten controleren.
- Door de behandeling van uw bloedneus krijgt u korstjes in de neus. U mag daar niet aankomen dus niet peuteren in de neus.
- U kreeg een tampon in de neus die vanzelf oplost en dus niet verwijderd hoeft te worden.
- U kreeg een tampon in de neus die weer verwijderd moet worden.

### Vragen

Bij klachten kunt u bellen met:

- Polikliniek keel-neus-oorheelkunde, telefoonnummer 088 708 33 50 (tijdens kantooruren)
- Spoedeisende hulp, telefoonnummer 088 708 78 78 (buiten kantooruren).

### Check uw dossier op MijnZGT

MijnZGT is het patiëntenportaal van ZGT. U kunt op MijnZGT via uw computer, tablet of mobiel delen van uw medisch dossier inzien, persoonlijke gegevens checken, of bijvoorbeeld vragenlijsten invullen die wij voor u hebben klaargezet. Kijk voor meer informatie op: [zgt.nl/mijnzgt](http://zgt.nl/mijnzgt).

#### Almelo

Zilvermeeuw 1  
Postbus 7600  
7600 SZ Almelo

#### Hengelo

Geerdinksweg 141  
Postbus 546  
7550 AM Hengelo

 [facebook.com/ZGTInfo](https://facebook.com/ZGTInfo)

 [twitter.com/ZGT\\_info](https://twitter.com/ZGT_info)

 [linkedin.com/company/zgt](https://linkedin.com/company/zgt)

 [youtube.com/user/ZGTInfo](https://youtube.com/user/ZGTInfo)

 [zgt.nl](http://zgt.nl) - [zgt.nl/mijnzgt](http://zgt.nl/mijnzgt)