

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 90 (2012)  
**Heft:** 3

**Artikel:** Warum das Blut zu Kopfe steigt  
**Autor:** Novak, Martina  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-723042>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 02.02.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Warum das Blut zu Kopfe steigt

Nasenbluten verursacht keine Schmerzen und ist meistens harmlos. Was im Fall der Fälle zu tun ist, sollte man trotzdem wissen. Ein Facharzt klärt auf.

Es muss nicht immer der gezielte Schlag ins Gesicht sein wie beim Boxkampf, damit aus der Nase Blut läuft. Bei Kindern oder älteren Menschen und speziell in der kalten Jahreszeit ist Nasenbluten ein weit verbreitetes medizinisches Problem. Ein Problem, das nicht nur häufig vorkommt, sondern häufig auch dramatischer aussieht, als es ist. Wenn das Blut in Bächen aus der Nase quillt, kann in kurzer Zeit eine relativ grosse Menge davon auslaufen – von mehreren vollgesaugten Taschentüchern bis zu einem Schnapsglas voll.

Auch wenn noch lange keine Verblutungsgefahr besteht: Bei plötzlichem Nasenbluten muss rasch gehandelt werden. In vielen Fällen lässt sich die Blutung am Ort des Geschehens mit relativ einfachen Massnahmen stoppen (siehe Box). Doch es kann sein, dass die Blutung beim nächsten Schneuzen wieder losgeht. Oder sie lässt sich mit Laienmassnahmen doch nicht stillen, und ärztliche Hilfe wird nötig. «Bei uns in der Praxis präsentiert sich Nasenbluten während des Winters sehr oft», bestätigt Ursin Fischer, Hals-Nasen-Ohren-Arzt aus Winterthur.

Der Spezialist unterscheidet zwei Kategorien von Patientinnen und Patienten: jene mit immer wiederkehrendem, chronischem Nasenbluten und akute Fälle, die notfallmässig «mit dem Handtuch vor dem Gesicht» in die Praxis gelangen. Wenn jemand aus der Nase blutet, ist sein Leiden offensichtlich. Die Ursache aber, wo genau und warum das Blut herausfließt, muss erst gefunden werden.

## Unterschiedliche Ursachen

Wenn keine Gewalteinwirkung von aussen passiert wie beim Kampf oder einem Unfall – wie kommt es dann zum Nasenbluten? ORL-Facharzt Ursin Fischer: «Plötzliches wie auch wiederholtes Nasenbluten kann viele verschiedene Ursachen haben. Am häufigsten sind aber

## Gut zu wissen

**Was ist zu tun, wenn das Blut aus der Nase läuft?** Oberkörper und Kopf im Sitzen nach vorn neigen (Kutschersitz) und gleichzeitig mit Zeigefinger und Daumen die Nase vorne während etwa 10 Minuten ununterbrochen zusammendrücken. Den Nacken kühlen, etwa mit einem nassen Handtuch oder mit einem Coldpack, damit sich die Halsschlagader zusammenzieht. Sie speist die Blutgefässe in der Nase. Wenn trotz dieser Massnahmen das Blut nicht aufhört zu tröpfeln, dann gehört die Patientin oder der Patient als Notfall in die Praxis des Spezialarztes oder in die Notfallaufnahme des Spitals. Läuft das Blut nicht vorne aus der Nase heraus, sondern rinnt den Rachen hinunter, dann muss man ebenfalls unverzüglich zum Arzt fahren.

**Was ist zu unterlassen?** Die früher verbreitete Methode, den Kopf nach hinten zu legen, ist falsch. Dabei läuft das Blut unkontrolliert in den Rachen, was Übelkeit und Erbrechen verursachen kann. Die Nase selbst zu kühlen, nützt bei Nasenbluten nichts (ausser sie ist gebrochen und geschwollen), bei gefrorenen Kühlelementen ist Vorsicht geboten.

folgende Faktoren für Verletzungen der empfindlichen, mit vielen feinen Blutgefässen durchzogenen Nasenschleimhaut verantwortlich: Manipulation, also Nasenbohren, trockene Schleimhäute, Bluthochdruck oder die Einnahme von blutverdünnenden Medikamenten.»

Dass die Finger nicht in die Nase gehören, lernen wir von Kindsbeinen an. Aber manche können das Grübeln im Riecher einfach nicht lassen... Ein spitziger Fingernagel kann für dessen dünne Schleimhaut zu viel sein, genauso wie ein hartnäckiger Versuch, eine Kruste zu ent-

fernen. Solche bilden sich, wenn die Schleimhäute trocken sind; im Winter draussen an der Kälte, weil kalte Luft nur wenig Luftfeuchtigkeit aufnehmen kann, drinnen in überheizten Räumen. Manche Menschen haben grundsätzlich trockenere Schleimhäute, viele Frauen kämpfen ab der Menopause mit dieser Veränderung. Wer erkältet ist und sich oft schneuzen muss, setzt seiner Nase ebenfalls zu.

## Auf den Blutdruck achten

Während gegen das Nasenbohren nur Disziplin infrage kommt, lässt sich der trockenen Nasenschleimhaut mit Produkten aus der Apotheke teilweise abhelfen. Nasensalben auf Gelbasis, spezielle Nasenöle sowie Sprays mit Salzwasser sind laut Ursin Fischer geeignete Mittel für den Alltag, um die Nase wenigstens für eine gewisse Zeit von innen zu befeuchten. Zudem rät er zu einem Luftbefeuchter für die Wohnung, sofern die Luftfeuchtigkeit unter vierzig Prozent liegt. Das Bundesamt für Gesundheit BAG warnt allerdings vor dem übermässigen Befeuchten des Wohnraumes, das zwar den Schleimhäuten gut tun, aber allfälliger Schimmelbildung Vorschub leisten könnte.

Beginnt ein älterer Mensch aus heiterem Himmel aus der Nase zu bluten, sollte einer der ersten Gedanken dem Blutdruck gelten. «Tatsächlich ist plötzliches Nasenbluten oft mit raschem oder unbemerktem Anstieg des Blutdrucks verbunden», sagt Ursin Fischer. Regelmässige Kontrolle des Blutdrucks und Massnahmen zu seiner Normalisierung wie Gewichtsreduktion, Rauchverzicht oder körperliche Bewegung helfen also auch, Nasenbluten vorzubeugen.

Sind bei bestehenden Herz-Kreislaufkrankheiten blutverdünnende Medikamente nötig, dann ist Nasenbluten schon fast programmiert. Mit einer gesunden Nasenhygiene lässt sich die Problematik aber entschärfen. Falls es doch zu Na-



Bild: Science Photo Library/Keystone

Wenn die Nase blutet, können verschiedene Ursachen dahinterstecken.

Quelle der Blutung: In neun von zehn Fällen betrifft das Nasenbluten den vorderen Teil der Nase, wo das «Löchlein» in der Schleimhaut einigermassen gut zu erkennen ist.

Um weiteres Bluten zu vermeiden, kann der Arzt das betroffene Schleimhautareal mit einer Pinzette, zwischen deren Branchen leichter Strom fliesst, unverzüglich veröden («Kauterisation»). Diese Behandlung kann für den Patienten etwas schmerzhaft sein, sie geht aber schnell vorbei und behebt das Problem der Blutung sofort. Kleinere «Defekte» lassen sich chemisch durch Auftupfen von Silbernitrat noch sanfter veröden.

Kommt das Blut aus dem hinteren Teil der Nase, gestaltet sich die Therapie schwieriger. Für die Diagnose braucht der Mediziner ein Endoskop; eine verkrümmte Nasenscheidenwand kann diese zusätzlich erschweren. Da bei Blutungen aus dem hinteren Bereich der Nase meistens grössere Blutgefässe betroffen sind, die sich kaum veröden lassen, kommt zunächst eine Tamponade zum Einsatz. Der Arzt führt einen Spezialtampon, der sich im feuchten Zustand ausdehnt, tief in die Nase ein, sodass er das blutende Gefäss abdichtet.

### Im Extremfall eine Operation

Dieser Blutstopper – manchmal auch ein Ballönchen – muss während mindestens 48 Stunden in der Nase bleiben und ist, wie Ursin Fischer sagt, «wegen des Druckes und allfälliger Kopfschmerzen nicht gerade angenehm». Doch führt die Behandlung meistens zum Erfolg, und wenn es dem Arzt nach zwei Tagen gelingt, die Tamponade zu entfernen, ohne dass das verheilte Blutgefäss wieder aufreisst, dürfte das Nasenbluten überwunden sein. Starkes Schnutzen, intensive körperliche Aktivität und auch Saunabesuche oder Sonnenbäder sind allerdings während einiger Tage tabu.

In seltenen Fällen oder wenn jemand auf die Blutverdünnung angewiesen ist und aus einem Gefäss im hinteren Teil der Nase blutet, hilft nur eine Operation. Dabei verschafft sich der Operateur durch die Nasennebenhöhle oder durch die Augenhöhle Zugang zu den Versorgungsarterien und klemmt die Blutzufuhr zum blutenden Areal ab. Angst vor einem Funktionsverlust des Riechorgans müsse man deswegen nicht haben, schmunzelt der Hals-Nasen-Ohren-Experte: «Nur weil man ein Blutgefäss zugemacht hat, fällt die Nase nicht ab!»

Martina Novak

senbluten kommen sollte, entscheidet der behandelnde Arzt zusammen mit dem Kardiologen darüber, ob die «Blutverdünner» vorübergehend abgesetzt werden können, bis sich die Nasenschleimhaut beruhigt hat.

Ist die Blutung sehr heftig oder auch mit der bewährten Methode unstillbar, heisst es, auf schnellstem Weg einen

Arzt aufzusuchen. Dieser platziert als erste Massnahme blutstillende Watte in die Nase sowie ein Mittel, das die Blutung zurückgehen lässt und lokal betäubend wirkt. Bei vielen Patienten zeigt diese Erstversorgung schon nach wenigen Minuten Erfolg, und der Arzt kann mithilfe eines Spekulum ins Organ hineinschauen. Meist entdeckt er dabei die