

“Mamma mi esce il sangue dal naso!”

Al solo sentire questa frase la maggior parte delle mamme va in panico, non sa cosa fare... testa in su o in giù? tampone sì o no? soffiare o non soffiare il naso?

Ghiaccio dietro la nuca, acqua fredda sui polsi, succo di limone nel naso, una fetta di cipolla sotto le narici...si potrebbe continuare ancora per molto ad elencare i rimedi più o meno bizzarri e più o meno validi per bloccare la fuoriuscita di sangue dal naso.

E' sempre qualcosa di cui bisogna preoccuparsi? quali sono i rimedi più efficaci?

### Cos'è l'epistassi e quali sono le cause responsabili?

L'epistassi o rinorragia non è altro che la perdita di sangue dal naso. Si tratta di un evento estremamente frequente a tutte le età ma nei bambini ancora di più, il picco di incidenza è tra i 2 e i 10 anni di età.

Quando mamma e papà assistono a un episodio di epistassi lo descrivono sempre come una perdita abbondantissima di sangue ma molto spesso non lo è. Quasi sempre è una condizione benigna che si risolve, anche spontaneamente, in pochi minuti; se però si verifica molto frequentemente è necessario rivolgersi al pediatra o ad un otorinolaringoiatra perché nel 6% dei casi potrebbe essere la spia di una patologia più importante.

Nella maggior parte dei casi l'epistassi è dovuta a una fragilità capillare nella parte anteriore del setto nasale, in una zona detta locus Valsalvae o, come dicono gli anglosassoni, area di Kiesselbach. I sanguinamenti da altre zone del naso, soprattutto quelli posteriori, sono meno comuni nell'età pediatrica. Oltre alla fragilità capillare, altri fattori, distinti in locali e generali, concorrono al manifestarsi dell'episodio di epistassi.

Per quanto riguarda i fattori locali, i più frequenti sono:

- piccoli traumi: sembrerà strano ma nei bambini la causa principale è proprio questa e nella stragrande maggioranza dei casi il “trauma” è dovuto all’introduzione di un ditino nel naso (gesto che i bambini compiono con estrema frequenza). Altre cause possibili di piccoli traumi sono l’introduzione di piccoli pezzi di giocattoli, palline di plastilina, sassolini ed altri piccoli oggetti con cui il bambino sta giocando.
- l’uso di spray nasali: fino al 20% dei casi di epistassi in età pediatrica e preadolescenziale è legato all’uso di spray a base di cortisone, antistaminici e vasocostrittori (il cui uso ricordiamo che è vietato sotto i 12 anni) di cui spesso si abusa per [alleviare i sintomi del raffreddore](#). Un consiglio per chi volesse utilizzare gli spray nasali è quello di non direzionare mai il getto verso il setto nasale ma piuttosto verso la parete opposta (in pratica l’ala del naso).
- l’eccessiva secchezza della mucosa nasale: il soggiorno prolungato in ambienti eccessivamente riscaldati e non adeguatamente umidificati (la maggior parte degli appartamenti in inverno rientra in questa categoria!) può determinare un’eccessiva deumidificazione della mucosa nasale a cui, a causa del caldo, si associa vasodilatazione dei capillari che quindi diventano più fragili e hanno maggiore tendenza a “rompersi” causando il sanguinamento.
- raffreddore e riniti allergiche: in questi casi l’epistassi è legata a due ordini di fattori cioè sia la deumidificazione della mucosa nasale e sia lo sfregamento continuo del naso con fazzoletti. Anche l’uso dell’aspiramuchi senza aver idratato bene le mucose o un utilizzo maldestro può causare sanguinamento.
- colpo di calore: certo non è questa la stagione adatta però è bene sapere che tenere il bambino a giocare sotto il sole, magari non protetto neanche dalla visiera di un berretto e non adeguatamente idratato può predisporlo ad avere un episodio di epistassi.
- traumi importanti a carico delle ossa nasali o del viso in generale.

Solitamente i fattori scatenanti locali, come quelli appena elencati, si associano ad epistassi monolaterali cioè il sanguinamento avviene da un’unica narice e non da entrambe.

I fattori scatenanti generali, cioè quelli che coinvolgono tutto l'organismo, sono rappresentati da malattie più serie di cui l'epistassi è solo un sintomo. Le malattie che più frequentemente si associano ad epistassi sono le coagulopatie (emofilia A, emofilia B, malattia di Von Willenbrandt), le malattie oncoematologiche (i cosiddetti tumori del sangue) ma fortunatamente rappresentano una percentuale minima e vi sono sempre altri sintomi associati.

## Epistassi cosa fare in caso di sangue dal naso?

In assoluto la prima cosa da fare di fronte a un bambino con epistassi è mantenere la calma e tranquillizzare il piccolo che sarà sicuramente spaventato dalla vista del sangue, è importante fargli capire che è una cosa che può succedere a tutti e passerà in pochi minuti.

Ecco quindi un elenco delle cose da fare per arrestare prima il sanguinamento:

- se possibile, portare il bambino in bagno, fargli appoggiare le manine sul bordo del lavandino (o del bidet in relazione all'altezza) e fargli tenere la testa leggermente reclinata in avanti come se col mento volesse toccarsi il petto.
- non fargli mettere la testa all'indietro e non farlo stendere perché, anche se apparentemente esce meno sangue, in realtà il bambino lo sta ingoiando e questo potrebbe stimolargli il vomito.
- fargli soffiare delicatamente il naso in modo da eliminare i coaguli .
- stringere la parte anteriore del naso per qualche minuto, bisogna avere l'accortezza di non comprimere le ossa nasali alla base del naso bensì l'ala del naso verso il setto. Secondo la *Società Americana di Pediatria* la compressione va effettuata per almeno 10 minuti di seguito senza interrompere la compressione per vedere se il sanguinamento si è arrestato.
- collocare del ghiaccio alla base del naso: il ghiaccio ha un effetto vasocostrittore cioè restringe i vasi sanguigni contribuendo a bloccare prima il sanguinamento.

Se questo non dovesse servire a d arrestare l'epistassi allora sarà il caso di rivolgersi ad un otorino che deciderà se procedere allo step successivo che, nel caso di un vaso sanguigno che stenta a cicatrizzarsi, è rappresentato dalla cauterizzazione o causticazione. Nei bambini

quasi sempre questo viene effettuata con delle “matite” emostatiche a base di nitrato d’argento, è una pratica assolutamente indolore che richiede pochi minuti. Raramente si ricorre alla diatermo-cauterizzazione cioè la “chiusura” del vaso sanguinante attraverso il calore, è una pratica più dolorosa per cui non è la prima scelta nei bambini.

CERCHI UN  
**PEDIATRA  
A CASA?**

11:29  
Elenco Medici  
Seleziona uno o più medici e attendi il primo che risponderà  
SELEZIONA TUTTI

<input type="radio"/>	Dott. Iva Trevisano	Disponibile	i
<input type="radio"/>	Dott. Domenico Arcuri	Disponibile	i
<input type="radio"/>	Dott. Maria Pia Panicucci	Non Disponibile	i
<input type="radio"/>	Dott. Gaetano Padovano	Disponibile	i
<input type="radio"/>	Dott. Marzio Calabresi	Disponibile	i
<input type="radio"/>	Dott. Sebastiano Cremonesi	Non Disponibile	i

SCARICA L'APP

Infine è bene ricordare che, nei bambini con predisposizione all’epistassi, è fondamentale umidificare bene gli ambienti per evitare che la mucosa nasale si secchi eccessivamente ed

effettuare sempre i lavaggi nasali per mantenere le narici umide e pulite ed evitare che si formino delle croste. In alcuni bambini, per i [lavaggi nasali](#) sono utili anche le soluzioni isotoniche (o a volte ipertoniche) addizionate con acido ialuronico sempre per mantenere una buona idratazione della mucosa nasale.