

Panduan Kesehatan Otoritas Rumah Sakit Perawatan Mimisan

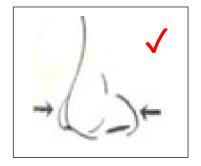
(1) Perawatan Mimisan

- Mimisan adalah kondisi umum dan keparahannya langsung berkaitan dengan penyebabnya. Ada penyebab primer, terkait trauma dan penyebab lainnya seperti hipertensi, kadar keping darah rendah dan masalah pembekuan darah, dll.
- Mimisan akibat penyebab primer adalah yang paling umum, seringkali ditemukan pada anak-anak dan remaja, dengan pendarah yang terjadi dari bagian depan septum hidung. Mimisan jenis ini biasanya dapat dihentikan dengan memberi tekanan pada hidung.

(2) Bagaimana Cara Menghentikan Mimisan?

- Tetap tenang.
- Duduk tegak dan sedikit miringkan tubuh ke depan, ludahkan darah dan bernafas melalui mulut.
- Cubit bagian lembut di bawah batang hidung (yaitu di dekat sayap hidung) dengan ibu jari dan telunjuk selama sekitar sepuluh menit (lihat gambar 1).
 Perhatian:
 - Menekan batang hidung (yaitu tulang rawan hidung) tidak akan menghentikan pendarahan (lihat gambar 2).
 - Jika pendarahan berlangsung selama lebih dari sepuluh menit, atau Anda tidak yakin mengenai penyebab pendarahan, segera cari bantuan dokter.
 - Menyumpal hidung dengan tisu, menempelkan kantung es ke kepala dan berbaring tidak direkomendasikan.

(Gambar 1) Benar



(Gambar 2) Tidak Benar



(3) Pencegahan Mimisan

 Penyebab utama mimisan pada anak-anak umumnya terkait dengan infeksi saluran pernapasan atas atau mengorek hidung. Anak-anak yang rentan mimisan harus menghindari mengorek hidung. Terjadinya mimisan akan berkurang saat anak bertambah usia.

(4) Tanda-tanda yang Perlu Diperhatikan

- Jika gejala di bawah ini terjadi, pasien perlu tetap tenang dan segera mencari bantuan dokter:
 - Pendarahan tidak berhenti setelah sekian lama atau kambuh walaupun sudah menggunakan cara di atas.
 - Pendarahan hebat dengan darah yang mengucur keluar dari hidung dan mulut pada saat yang sama.
 - Mimisan kambuh atau sering terjadi, terutama selalu pada sisi yang sama.

Dibuat oleh Komite Koordinasi Kecelakaan dan Kondisi Gawat Darurat

Otoritas Rumah Sakit

Desember 2021