**Алгоритм оказания доврачебной помощи при носовом кровотечении:**

 **-Когда из носа начинает течь кровь, сядьте, а не ложитесь: так снизится давление в носу.
⠀
-Не запрокидывайте голову, иначе кровь будет стекать по глотке вниз и попадёт в дыхательные пути. Наклоните голову вперёд.
⠀
-Зажмите пальцами крылья носа. Обычно прямое давление останавливает кровотечение.
⠀
-Зажимайте нос в течение 10 минут.
⠀
-Если кровь продолжает идти, выясните, какая ноздря кровоточит. Для этого зажимайте их поочерёдно.
⠀
-Вставьте в кровоточащую ноздрю тампон или кусок марли, сложенный очень плотно. Предварительно можете смазать его антибактериальным раствором или капнуть немного сосудосуживающих капель для носа. Если кровотечение продолжается, тампон сидит недостаточно плотно.
⠀
-Если кровь не останавливается ни от зажатия носа, ни от тампона, срочно вызывайте скорую. Возможно, у вас заднее носовое кровотечение, которое затрагивает артерию. Врачи смогут остановить кровопотерю.**