



Ρινορραγία

Τι δεν κάνουμε

- ΔΕ γέρνουμε το κεφάλι προς τα πίσω γιατί το αίμα θα κατευθυνθεί προς την τραχεία και υπάρχει κίνδυνος εμετού ή πνιγμού.

- ΔΕ σκαλίζουμε τη μύτη μας, αποφεύγουμε την έντονη σωματική άσκηση και τροφές με καρυκεύματα.

