

Σε μια απλή ρινορραγία πρέπει

- + πρώτα να φουσήξουμε δυνατά να φύγει το πύγμα και μετά
- + να πιέσουμε το τοίχωμα του ρουθουνιού που αιμορραγεί σταθερά με το κεφάλι σκυμμένο μπροστά.

Σε επιμένουσες ρινορραγίες είναι απαραίτητος ο έλεγχος από τον ωτορινολαρυγγολόγο, ώστε να εντοπιστεί η αιτία και να γίνει σωστή ενημέρωση από τον ειδικό γιατρό και όχι από το διαδίκτυο το οποίο δημιουργεί εύκολα κλίμα πανικού.

