



Cara Mengatasi Mimisan, Mimisan diakibatkan oleh berbagai macam penyebab, dari yang ringan atau tidak berbahaya hingga yang patut diwaspadai. Beberapa [penyebab dari mimisan](#) antara lain akibat adanya luka di daerah hidung, iritasi mukosa hidung, kelainan darah hingga tumor.

Pada umumnya, terdapat dua mimisan:

- **Mimisan di bagian depan** - kebanyakan hidung berdarah terjadi di bagian depan, dimana darah mengalir dari dinding antara dua kanal (sekat) di dalam hidung. Area yang rentan ini, disebut Little's area, kaya akan pembuluh darah sensitif yang halus dan rentan terhadap kerusakan.
- **Mimisan di bagian belakang** - jenis mimisan yang tidak biasa ini terjadi ketika pendarahan berasal dari rongga hidung, terletak di dalam hidung antara otak dan langit-langit mulut. Kebanyakan mimisan di bagian belakang cenderung lebih serius daripada mimisan di bagian depan. Kasus yang demikian perlu mendapatkan perhatian medis.

Baca Juga : [Tanda dan Gejala Sindrom Asperger](#)

Berikut ini bagaimana cara mengatasi mimisan :

- Dudukkan penderita mimisan supaya hidung lebih tinggi dari jantung. Jangan tidur secara telentang hal ini karena aliran darah ke hidung akan bertambah deras dan pada akhirnya darah dapat tertelan ke belakang.
- Bungkukkan badan ke depan sedikit dan beri sebuah instruksi untuk bernafas dari mulut.

- Tekan cuping hidung selama 5 menit.
- Berikan kompres dingin pada hidung. Hal ini untuk memperlambat aliran darah ke hidung.
- Apabila setelah 5 menit mimisan belum berhenti juga, tekan lagi cuping hidung sekitar 10 menit.
- Apabila lubang hidung masih tetap mengeluarkan darah ke rumah sakit terdekat.
- Akan lebih baik lagi apabila setelah melakukan pertolongan pertama, segera konsultasikan kondisi tersebut kepada dokter.

Itulah Cara mengatasi mimisan. Meskipun kebanyakan orang menganggap bahwa penyakit mimisan tidak terlalu berbahaya. Tetapi, perlu di sadari apabila mimisan terjadi secara terus menerus dapat berdampak buruk bagi kesehatan.