



Opsnusning af saltvand

Opsnusning af saltvand

Formålet med saltvandsskyldning er at fjerne skorper, betændelse, pollen og eventuelt anden forurening fra næsens slimhinde på en skånsom måde, fx efter næseoperation og næseblødning eller hos allergikere/patienter med bihulebetændelse. Du må ikke pudse eller pille ved næsen, da det øger risikoen for blødning og infektion. Derfor er opsnusning af saltvand en effektiv og uskadelig metode til at rense næsen.

Opskrift på saltvand

- Opløs en strøget teskefuld salt i ½ l kogende vand.
- Saltvandsopløsningen kan opbevares i køleskab i ca. 3 dage.

Brugsanvisning

Mange patienter er glade for at anvende et næsehorn, som kan købes på apoteket, men man kan også opsnuse saltvand direkte fra en kop eller fra en ske. Endelig kan man også sprøjte vandet op i næsen ved hjælp af en sprøjte eller pipette. Saltvandet pustes **forsigtigt** ud igen. Dette gentages nogle gange, til der ikke kommer mere ud. Proceduren gentages 3-4 gange daglige (efter behov).