



## Skylning med eddikevand

---

### Formål

At rense øret og behandle infektion

### Opskrift

Anvend en blanding bestående af almindelig husholdningseddike og kogt vand i forholdet 1:10 (fx 1 dl eddike i 1 l vand). Blandingen **skal** have legemstemperatur 37 grader. Dette er meget vigtigt, da man ellers bliver svimmel.

### Fremgangsmåde

Skylningen er mest effektiv, hvis den udføres af en hjælper. Der skylles med en almindelig sprøjte til øreskylning, som kan købes på apoteket. I reglen skyller man én eller to gange om dagen, men skal aftales i det enkelte tilfælde. For at få blandingen ordentlig ind i øret, er det en god idé at trække bagud i øreflippen, fordi det retter øregangen ud. Skyl med jævn kraft og pas på, at sprøjtespidsen ikke lukker øregangen helt.

Hvis der samtidig behandles med øredråber, så skylles først med eddikeblandingen, og når øret er godt tørt, kan man inddryppe øredråberne.

### Rengøring af sprøjte

Sprøjten skilles ad. Delene rengøres i sæbevand (opvaskemiddel) - skylles i rent vand og tørres.