

## Saltvandsskylning af næsen

### Hvem har behov for det?

Patienter der har fået foretaget en næse- eller bihuleoperation.

Ved betændelse eller irritation af næse og bihuler.

### Hvorfor?

For at rense næsen for sekret og skorper.

For at holde næseslimhinden fugtig.

For at få luft i næsen.

### Hvordan gør du?

På apoteket kan man købe flere slags saltvandsspray, som er klar til brug. Fælles for dem er, at de er lette at bruge, men de giver ikke ret meget vand. De er gode i starten efter en pladsforbedrende operation i næsen, hvor der ikke er ret meget plads i næsen. Herudover er de lette at have med i lommen, hvis næsen har tendens til at tørre ud.



Efter en bihuleoperation, ved problemer med store mængder sekret eller ved arbejde i meget støvet miljø er det en fordel at skylle med store mængder saltvand.

Vi anbefaler, at du køber (på apoteket eller internettet) "*Flo skylleflaske*". Det er en gummiskylleflaske med hul i toppen. Den er meget let at bruge og rengøre. Hvis man lige er blevet opereret, skal vandet være kogt. Man kan koge en portion til hele dagen og lade det stå ved rumtemperatur. Man fylder den op med vand til stregen, hælder et brev salt i (medfølger) og ryster flasken. Herefter stiller man sig foran vasken med hoften bøjet 45 grader, så vandet løber ud af næsen i stedet for ned i halsen. Flasken klemmes roligt sammen, hvorved vandet løber igennem næsen og ud af den modsatte side. Næsen fnyses ren, og proceduren gentages for den modsatte side. De første 2-3 uger efter en bihuleoperation anbefaler vi, at man skyller 3 gange dagligt.

Hvis du har et næsehorn "*Rhino Horn*" og er vant til at bruge dette, er det også en god løsning.

Hvis der dannes skorper fortil i næsen, kan man smøre næseborene med vaseline.



Se evt. hvordan du bruger "Flo skylleflaske" (YouTube video på engelsk) [KLIK HER](#)



Se en præsentation af hvordan du bruger næsehorn, "Rhino Horn" [KLIK HER](#)