

Zoutoplossing voor neusspoelen kind

Inleiding

De kinderarts heeft u geadviseerd de neus van uw kind te spoelen met zoutoplossing. Dit middel is veilig en effectief.

Zoutoplossing is kant-en-klaar te koop bij de drogisterij of de apotheek. Maar het is nog makkelijker én goedkoper het zelf te maken. In deze folder leest u hoe u deze zoutoplossing kunt maken en hoe u hiermee de neus van uw kind kunt spoelen.

Benodigheden zoutoplossing

- Een glas met een inhoud van minimaal 150 ml;
- Een mes;
- Keukenzout zonder jodium;
- 100 ml water;
- Een pannetje om het water in te koken of waterkoker/quooker;
- Een 2 cc-spuitje (meestal verkrijgbaar via de apotheek).

Zoutoplossing maken

U kookt 100 ml water en voegt hier een mespuntje zout (zonder jodium!) aan toe. U roert dit goed door en laat het daarna afkoelen. Deze afgekoelde zoutoplossing is vervolgens 24 uur houdbaar op kamertemperatuur.

Tip: met behulp van een 2 cc-spuitje kunt u de zoutoplossing in de neus van uw kind spuiten. Vraag aan een medewerker van uw apotheek of u zo'n spuitje kunt krijgen.

Spoelen van de neus

U vult het spuitje met 0,5 cc zoutoplossing. Vervolgens spuit u dit met kracht in het neusgat van uw kind. Daarna doet u hetzelfde bij het andere neusgat. Deze stappen mag/kunt u meerdere keren herhalen.

Mogelijk moet uw kind niezen; als dit gebeurt, kan de vloeistof weer uit de neus stromen. Soms gebeurt dit vanzelf. Ook komt het wel eens voor dat de vloeistof 'verdwijnt'. In dat geval slikt uw kind de vloeistof in. Dit kan geen kwaad.

Hoe lang gebruiken en hoe vaak?

In principe mag het spoelen van de neus oneindig worden herhaald. Wij adviseren u de spoeling in ieder geval voor elke voeding/maaltijd te geven.

U kunt hiermee doorgaan tot uw kind/u het gevoel heeft dat de neus 'leeg' is. Daarnaast is het verstandig de neus te spoelen voordat uw kind gaat slapen. Dankzij het spoelen kan uw kind namelijk goed door de neus ademen, waardoor het ook beter kan slapen.

Adres

Groene Hart Ziekenhuis, locatie Gouda
Bleulandweg 10
2803 HH Gouda

Contact

Algemeen telefoonnummer ziekenhuis:
(0182) 50 50 50

Colofon

uitgave: Groene Hart Ziekenhuis, Gouda
productie: Marketing & Communicatie
oktober 2021
08.04.087