

# Keel-, Neus- en Oorheelkunde

## PATIËNTENINFO

Groene Hart Ziekenhuis   
Open voor iedereen

### Neusspoelen

U heeft van de KNO-arts het advies gekregen om de neus te spoelen. In deze folder beschrijven we hoe u dit moet doen.

#### Zout water

Om uw neus te spoelen heeft u zout water nodig.

Zout water maakt u als volgt:

- Eén afgestreken theelepeltje zout oplossen in een glas lauw water. Aangezien de kwaliteit van het drinkwater tegenwoordig goed is, hoeft dit niet meer vooraf gekookt te worden.
- Als u niet zelf zout water wilt of kunt maken, kunt u ook fysiologisch zout kopen bij de apotheek.

#### Hoe spoelt u de neus?

Het spoelen van de neus gaat zo:

Methode 1:

- Gebruik bij voorkeur een neuskannetje of neusdouche en vul het met lauwwarm, zout water. Giet het volgens de bijgeleverde instructie in het neusgat. (Nasofree of Rhinohorn; verkrijgbaar bij apotheek)

Methode 2:

- Giet boven een wastafel wat zout water in de handpalm. Snuif het zout water op. Doe dit per spoeling 3 tot 5 maal. Herhaal dit 3 tot 5 maal per dag. Als het opsnuiven van zout water niet lukt, kunt u een spuitje gebruiken. Deze zijn onder andere te koop bij de apotheek.

#### Starten

Als u geopereerd bent start u 24 uur na de operatie met het spoelen van de neus. Per spoeling 3 keer. Herhaal dit 3 keer op een dag. Ook als u tampons in de neus heeft

moet u de neus spoelen zoals onder methode 1 beschreven staat.

De neus wordt op deze manier van binnen schoongespoeld. Hierdoor geneest de wond sneller. Ook voorkomt u zo dat u een chronische neusbijholteontsteking krijgt. U gaat door met neusspoelen totdat er geen vuil meer uit de neus komt.

#### Tot slot

Voor informatie over het ziekenhuis kunt u terecht op onze internetsite: [www.ghz.nl](http://www.ghz.nl). Ook kunt u dagelijks bellen naar het algemene informatienummer (0182) 50 50 50.

#### Vragen?

Als u vragen heeft belt u dan naar de Polikliniek KNO (0182) 50 50 14 (bereikbaar op maandag t/m vrijdag van 08.00 tot 16.30 uur.

#### Groene Hart Ziekenhuis, Locatie Gouda

Bleulandweg 10  
2803 HH Gouda

Algemeen telefoonnummer ziekenhuis:  
(0182) 50 50 50

#### Colofon

uitgave : Groene Hart Ziekenhuis, Gouda  
productie : Marketing & Communicatie  
maart 2023  
04.08.054