

Keel-, Neus- en Oorheelkunde

PATIËNTENINFO

Groene Hart Ziekenhuis 
Open voor iedereen

Neusspoelen

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

Belangrijke punten:

- U kunt zout water zelf maken of kopen bij de apotheek.
- Er zijn 2 manieren om uw neus te spoelen.
- U begint 24 uur na de operatie met neusspoelen.
- U spoelt uw neus totdat er geen vuil meer uitkomt.
- Vragen? Bel 0182 - 50 53 24.

Zout water

Om uw neus te spoelen heeft u zout water nodig.

Zout water maakt u als volgt:

- 1 afgestreken theelepeltje zout oplossen in een glas lauw water. U hoeft het water niet te koken. Het kraanwater is schoon genoeg.
- Kan u zelf geen zout maken? U kunt ook fysiologisch zout kopen bij de apotheek.

Hoe spoelt u de neus?

Er zijn 2 manieren om uw neus te spoelen:

Methode 1

- Gebruik een neuskannetje of neusdouche, bijvoorbeeld Nasofree of Rhinohorn. Dit is te koop bij de apotheek.
- Doe hier lauwwarm zout water in.
- Giet het water volgens de gebruiksaanwijzing in 1 neusgat.
- Het water stroomt via het andere neusgat weer naar buiten.

Methode 2

- Giet boven een wastafel wat zout water in de hand.

- Snuif het zout water op. Doe dit per spoeling 3 tot 5 maal. Herhaal dit 3 tot 5 keer per dag.
- Lukt het opsnuiven van zout water niet? Dan kunt u ook een spuitje gebruiken. Deze zijn onder andere te koop bij de apotheek.

Wanneer begint u met neusspoelen?

Bent u net geopereerd aan uw neus of bijholten? Begin dan 24 uur na de operatie met spoelen.

- Spoel per keer 3 keer.
- Herhaal dit 3 keer per dag.

Heeft u tampons in de neus? Dan moet u toch al beginnen met spoelen. Gebruik dan methode 1. Zo voorkomt u een blijvende ontsteking.

Wanneer stopt u met spoelen?

U spoelt uw neus totdat er geen vuil meer uitkomt. De duur is voor iedereen anders.

Heeft u nog vragen?

Misschien vindt u het antwoord op www.ghz.nl/veelgestelde-vragen. Klik daarna in het overzicht op 'KNO'. Komt u er dan niet uit? Neem dan contact met ons op. Bel op werkdagen tussen 9.30 – 11.00 uur en 14.00 – 15.30 uur met de polikliniek KNO via 0182 - 50 53 24.

Groene Hart Ziekenhuis, Locatie Gouda

Bleulandweg 10
2803 HH Gouda
0182 - 50 50 50
www.ghz.nl

Colofon

uitgave : Groene Hart Ziekenhuis, Gouda
productie : Marketing & Communicatie
september 2025
04.08.054