



Neusspoelen met een zoutoplossing

Ouder informatie

Neusverkoudheid is een infectie van het neusslijmvlies. Hierdoor komt er vocht vrij, zwelt het neusslijmvlies op en heeft het kind moeite door de neus te ademen. Het vrijgekomen vocht kan ingedikt raken en kan in de neus- / keelholte blijven zitten. Een belemmerde neusademhaling heeft als gevolg dat het kind minder drinkt en benauwder oogt.

Door de neus te spoelen met zoutoplossing wordt het slijm weggespoeld naar de keel / maag en is de neus, voor een periode, open.

Bereiding zoutoplossing

Fysiologisch zout (fysiologisch zout = NaCl 0,9%) wordt als volgt gemaakt:

- neem 125 ml gekookt water.
- voeg de helft van een afgestreken theelepel keukenzout toe.
- roer totdat alle zout is opgelost.
- laat de oplossing afkoelen.

Bewaar de oplossing niet in de koelkast, want een koude oplossing is te irriterend voor het neusslijmvlies. De gemaakte oplossing is 48 uur afgedekt houdbaar.

Neusspoelen

- Doe ongeveer 1 ½ ml in het spuitje.
- Laat het kind recht op zitten of houdt het kind glooiend op de arm.
 - Het kind niet laten liggen.
- Breng het spuitje net in de opening van het ene neusgat en duw de oplossing krachtig naar binnen (richting oor).
 - De vloeistof wordt doorgeslikt of kan wat teruglopen uit de neus of via de mond terugkomen. Dit is niet erg.
 - Herhaal dit voor het andere neusgat.
- Het neusspoelen mag zo vaak als nodig is. De oplossing is niet irriterend voor de huid en slijmvliezen.

Let op: Bij baby's die erg verkouden zijn, moet het vóór de flesvoeding of borstvoeding gedaan worden, zodat zij beter kunnen drinken.