



Sådan renser du næsen med saltvand

Efter næseblødning eller næseoperation er næsens normale rensfunktion nedsat. Det giver en øget mængde sekret fra næsen og en tendens til skorper. Det forventes at aftage efter 1 – 2 uger.

Den optimale rensning af næsen er skylning. Det foregår ved hjælp af et næsehorn eller en skylleflaske, som kan købes på apoteket. Du bør rense næsen minimum to gange dagligt og helst indtil skyllevandet er helt klart.

Som supplement til ovenstående kan du eventuelt anskaffe dig en saltvandsspray. Den kan bruges til at fugte slimhinderne i næsen.

SÅDAN GØR DU

Du kan enten købe en saltvandsspray på apoteket eller lave den selv.

Sådan laver du en saltvandsopløsning

Hvis du laver den selv, skal du gøre som følger:

1. Opløs en strøget teskefuld salt i ½ liter kogende vand.
2. Afkøl saltvandet og hæld det på en sprayflaske. Du kan købe en sprayflaske på apoteket.

Opløsningen kan opbevares i køleskab i 3 dage. Derefter skal du lave en ny.

KONTAKT OG MERE VIDEN

Hvis du har spørgsmål, er du velkommen til at kontakte os.



Kontakt

Øre-, Næse-, Halskirurgisk Afdeling

Ambulatoriet

Tlf. 97 66 27 12

Vi træffes bedst:

Mandag – fredag 8.30-14.30

H-Opvågning

Tlf. 97 66 17 48

Vi træffes bedst:

Mandag – fredag kl. 7.00 – 19.00

Sengeafdeling NHH

Tlf. 97 66 24 56

Efter kl. 14.00 og i weekender