

Neusspoelen met een zoutoplossing

Bij baby's en kinderen

Naar het ziekenhuis? Lees eerst de informatie op www.asz.nl/brmo.

informatie

Inleiding

Om de neus van uw kind te kunnen spoelen is een zoutoplossing nodig. In deze folder kunt u lezen hoe u deze oplossing kunt maken en de neus moet spoelen.

Neusverkoudheid

Ieder kind heeft wel eens last van een verstopte neus of snotneus. Tijdens een verkoudheid ontstaat er slijm in de neus. Het spoelen van de neus met een zoutoplossing is een goede manier om ervoor te zorgen dat uw kind weer vrij kan ademen. Hierdoor kan uw kind ook beter drinken.

Ook als uw kind een sonde heeft, worden de slijmvliezen geprikkeld en ontstaat er slijm in de neus. Hierbij helpt het neusspoelen om het slijm op te lossen en de ademweg vrij te houden.

Hoe maakt u de zoutoplossing klaar?

Zoutoplossing voor het neusspoelen is te koop bij apotheek of drogist. U kunt de zoutoplossing ook zelf maken. U heeft dan nodig:

- Een schone fles met dop of bakje met deksel
- Een 2 ml spuit zonder naald (bij baby's een 1 ml spuit)
- 9 gram keukenzout of 9 zouttabletten van 1 gram
- 1 liter kokend water

of:

- 1 afgestreken *kleine* theelepel keukenzout
- 220 ml kokend water



Klaarmaken

- Doe het zout bij de gekozen hoeveelheid kokend water.
- Schud of roer de gemaakte oplossing.
- Laat de oplossing **afkoelen**.
- Proef of de oplossing niet te zout is. De zoutoplossing moet net zoals uw tranen proeven.

Bewaren

Bewaar de zoutoplossing op kamertemperatuur. Een te koude of te warme zoutoplossing is pijnlijk en voelt erg vervelend aan in de neus.

Maak één keer per dag het spuitje schoon met heet water.

Let op!

Een te sterke zoutoplossing brandt heftig in de neus. Dit kan benauwdheid of andere heftige reactie bij uw kind opwekken.

Neusspoelen bij een baby

- Vul de spuit met de zoutoplossing.
- Leg uw baby plat neer op schoot, in bed of bijvoorbeeld aankleedkussen.
- Druppel per neusgat 0,4 ml.
- Druppel rustig en laat uw baby de zoutoplossing wegslikken, voordat u het andere neusgat druppelt.
- Herhaal de handeling bij een erg volle neus.

Neusspoelen bij een kind

- Vul de spuit met de zoutoplossing.
- Neem uw kind op schoot met het hoofd iets achterover of leg hem plat neer.
- Druppel per neusgat 0,5 ml.
- Druppel rustig en laat uw kind de zoutoplossing wegslikken, voordat u het andere neusgat druppelt.
- Herhaal de handeling meerdere keren bij een erg volle neus.
- Bij groteren kinderen kan er met een grotere hoeveelheid zoutoplossing gespoeld worden, bijvoorbeeld 1 tot 2 ml per neusgat.

Hoe vaak moet u spoelen?

Bij een flinke verkoudheid is het beter om de neus van uw kind vóór iedere voeding te spoelen. Zodra de verkoudheid afneemt kunt u dit minderen naar bijvoorbeeld twee keer per dag ('s morgens en 's avonds). Daarna kunt u overgaan naar één keer per dag. Is uw kind snel en vaak verkouden, dan kunt u langer doorgaan met één keer per dag spoelen.

Tot slot

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen? Stel deze dan gerust aan de verpleegkundige die voor uw kind zorgt. Ook kunt u uw vragen stellen aan uw huisarts of de verpleegkundige van het consultatiebureau.

Wilt u uw mening geven over deze folder? Dat kan hier: www.asz.nl/foldertest/

Albert Schweitzer ziekenhuis
mei 2018
pavo 0981