Neusspoelen

Met zout water bij kinderen

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

albert schweitzer

Inleiding

De KNO-arts heeft met u besproken dat de neus van uw kind met zout water gespoeld moet worden. Het neusspoelen is op het spreekuur al een keer uitgelegd of voorgedaan. In deze folder leest u hoe u de oplossing kunt maken en hoe u de neus van uw kind kunt spoelen.

Voorbereiding

U kunt de zoutoplossing zelf maken. Hieronder leest u hoe dat moet.

Benodigdheden

- Een glas of neusdouche met een inhoud van 250 ml.
- Keukenzout zonder jodium.
- Theelepel.
- Lauw water.
- Een spuitje van 5 ml.
- Zakdoekjes.

Bereiding

- Vul het schone glas met 250 ml. Lauw water.
- Doe een afgestreken theelepel keukenzout in het water.
- Roer het zout goed door tot het opgelost is.
- Vul het spuitje met de zoutoplossing.

Neusspoelen

U kunt de neus van uw kind op twee manieren spoelen. Welke manier het beste werkt, is onder andere afhankelijk van de leeftijd van uw kind.

Neusspoelen met een spuitje

- U vult een spuitje van 5 ml met de, vooraf gemaakte, lauwe zoutoplossing
- U neemt uw kind op schoot met het hoofd iets achterover of u legt uw kind plat neer.
- Hierna spuit u in elk neusgat 2 ml van de zoutoplossing.
- Zo mogelijk laat u uw kind de zoutoplossing uitspugen via de mond. Houdt een zakdoekje bij de hand om af te vegen.
- Bij een erg vieze neus herhaalt u de handeling.

Neusspoelen met een neusdouche

Neusdouches met bijbehorende zoutzakjes of tabletten zijn te koop bij de apotheek. Laat u goed voorlichten en lees de gebruiksaanwijzing goed door. Als uw kind deze manier van spoelen niet prettig vindt of nog niet begrijpt, is het beter om te spoelen met een spuitje.

Bij de apotheek en drogist zijn ook flaconnetjes te koop met een zoutoplossing voor neusspoelen. Met deze flaconnetjes kunt u de neus van uw kind druppelen. Gebruik deze wel altijd op lichaamstemperatuur. Dit kunt u doen door het nog dichte flaconnetje een aantal minuten in lauw water te leggen. Koud water in de neus kan erg gevoelig zijn.

Hoe vaak spoelen

Als uw kind flink verkouden is, raden wij u aan de neus vier keer per dag te spoelen. Als de neus van uw kind wat minder verstopt raakt, hoeft u minder vaak te spoelen. Spoelt u dan eerst een paar dagen twee keer per dag (’s morgens en ’s avonds) en daarna één keer per dag (’s morgens). Als uw kind vaak verkouden is, moet u wat langer doorgaan met één keer per dag spoelen omdat het slijm ‘s nachts ophoopt in de neus.

Tot slot

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen? Bel dan gerust naar de polikliniek KNO, tel. (078) 654 71 00. Dat kan van maandag tot en met vrijdag tussen 08.00-12.00 uur en tussen 13.00-16.30 uur. We beantwoorden uw vragen graag.

Geef hier uw mening over deze folder: *www.asz.nl/foldertest/*

Albert Schweitzer ziekenhuis
november 2026
pavo 0247