

SALTVANDSOPSNUSNING VERSION 4



ØREGANGEN V/Lisa Barfoed Velser
Speciallæge i Øre-Næse-Hals
Omøvej 7 st. tv. 4700 Næstved - tlf. 55 73 20 00
www.øregangen.dk

Hvorfor?

Anvendes for at rense næsen for slim og skorper samt for at holde næseslimhinden fugtig.

Hvordan?

1/4 til 1/2 tsk. fint salt, røres op i en tekop med afkølet kogt postevand, til det er helt opløst (Svarer til 9 gram salt pr. liter vand).

Saltvandet indsnuses evt. fra hånden eller man kan købe et "næsehorn" på apoteket, og anvende dette, som på billedet på forsiden.

Efter indsnusning forsigtig næsepudsning.

Saltvandet skal benyttes samme dag.

Hvor længe?

3-4 gange dagligt til generne er væk.