NasoFree

Instructions for use

RECOMMENDED BY EXPERTS



1.



2.



3.



4.

DOS Medical B.V.
Laan van Westenenk 64,
NL-7336 AZ Apeldoorn.

Made in Belgium
NF-IFU-001
www.dos-medical.com

MD

NL

Benaming
- NasoFree neusdouche
- NasoFree nasaal spoelzout (2,5 g)
- NasoFree nasaal spoelzout met xylitol (6,5 g)

Productbeschrijving
- De NasoFree neusdouche en het NasoFree nasaal spoelzout zijn geschikt voor het reinigen van de neus en neusbijholten. Bijvoorbeeld om overmatig slijm, virussen, bacteriën, stof of allergenen uit de neus te spoelen.
- Het nasale spoelzout zorgt ervoor dat slijm minder taai wordt en korstjes verweken. Deze worden vervolgens weggespoeld door het volume van de zoutoplossing. Daardoor kunt u vrijer ademen en/of ervaart u minder last van uw allergie. Meestal merkt u direct verschil.
- Neusspoelen is geschikt voor alle leeftijden vanaf dat men rechtop kan zitten. Kinderen dienen bij voorkeur hun neus te spoelen onder toezicht van een volwassene.

Samenstelling
- NasoFree nasaal spoelzout: Natriumchloride, natriumbicarbonaat.
- NasoFree nasaal spoelzout met xylitol: Natriumchloride, natriumbicarbonaat, xylitol en pepermuntolie.

Eigenschappen
- De NasoFree neusdouche dankt zijn effectiviteit aan het volume en de lichtpositieve druk. De zoutoplossing wordt door de kniptles van onder naar boven gedwongen. Hierdoor kunt u zowel de neus als neusbijholten reinigen. Bovendien is de neusdouche makkelijk in gebruik en eenvoudig te reinigen.
- NasoFree nasaal spoelzout bestaat uit een combinatie van natriumchloride en natriumbicarbonaat. Een sachet bevat de juiste hoeveelheid voor één spoelbeurt van 250 ml. De zoutoplossing reinigt effectief en is mild voor het gevoelige neusslijmvlies.
- Speciaal voor mensen met een chronische neusbijholteontsteking is er NasoFree nasaal spoelzout met toegevoegd xylitol en een vleugje mint. Bij (chronische) neusbijholteontsteking spelen vaak bacteriën een rol. Deze produceren een slijmlaag (= biofilm) om zichzelf te beschermen. Wetenschappelijk onderzoek heeft aangetoond dat xylitol deze beschermende slijmlaag om de bacterie afbreekt. Dit kan van toegevoegde waarde zijn om een (chronische) neusbijholteontsteking onder controle te krijgen.

Indicatie/toepassingsgebieden
- Neusbijholteontsteking (rhinosinusitis).
- Luchtwegallergie voor gras- en boompollen, huisstofmijt en/of dierlijke huidschilfers.
- Verkoudheid.
- Herstel na neusoperatie (in overleg met de KNO-arts).
- Bij of na verblijf in een stoffige omgeving.
- Snurken bij verkoudheid of luchtwegallergie.

Hoe te gebruiken
1. Leeg één sachet nasaal spoelzout in de neusdouche en vul deze met lauwarm (max. 37°C) gedestilleerd of eerder gekookt water tot aan de schroefdop/hals van de fles (250 ml).
2. Schud de neusdouche kort voor gebruik, zodat het nasaal spoelzout en het water goed worden gemengd. Houd hierbij uw vinger op de dop van de neusdouche. Test de temperatuur van het water op uw handpalm of onderarm.
3. Buig uw hoofd voorover boven de wastafel en plaats de neusdouche schuin (hoek van circa 45°) in één van uw neusgaten. Knijp rustig in de neusdouche. De vloeistof kan via hetzelfde neusgat terugstromen (in geval van erge verstopping) of via het andere neusgat. Laat daarom altijd het andere neusgat vrij en blokkeer deze niet.
4. Snuit licht uw neus tussen het spoelen door en na het spoelen. U kunt drukverschillen in de holtes en uw oren ervaren. Dit is niet ernstig.

Herhaal stappen 3 en 4 voor het andere neusgat. U kunt dit afwisselen tot de neusdouche leeg is.

Mogelijk komt er zoutoplossing in uw keel tijdens het spoelen. Dit is niet schadelijk. U kunt de oplossing uitspugen. Dit kunt u voorkomen door rustig in de neusdouche te knijpen.

Frequentie en gebruiksduur
Afhankelijk van de klachten kunt u naar behoefte uw neus spoelen. Meestal is dit 1-4 keer per dag. Er is geen maximum gebruik ten aanzien van frequentie of gebruiksduur.

Reiniging
- U kunt de NasoFree neusdouche voor en na gebruik afspoelen met warm water.
- Reinig de neusdouche met de hand met behulp van water en eventueel zeep.
- Spoel de neusdouche daarna goed af en laat deze aan de lucht drogen.
- De schroefdop tijdens de droogfase niet op de neusdouche draaien.

Gebruik bij zwangerschap of borstvoeding
Er zijn geen aanwijzingen dat neusspoelen niet tijdens de zwangerschap of het geven van borstvoeding kan worden toegepast.

Niet te gebruiken bij
- Niet gebruiken bij een vastgestelde allergie voor één van de ingrediënten.
- Niet gebruiken indien er een directe verbinding is tussen de neus en de vloeistofruimtes van de hersenen.
- Niet gebruiken bij verwondingen van het neusdak en de neusbijholten.
- Niet gebruiken bij hettige neusbloedingen.
- Niet gebruiken wanneer de verpakking beschadigd is bij ontvangst van het product.

Bijzondere aandacht en voorzorgen
- Raadpleeg uw arts als uw klachten niet verbeteren.
- Blokkeer nooit het neusgat waar de zoutoplossing door naar buiten moet stromen.
- Gebruik de NasoFree neusdouche nooit terwijl u ligt.
- Gebruik altijd uw eigen neusdouche om kruisbesmetting te voorkomen.
- Gebruik nooit water dat warmer is dan de lichaamstemperatuur om irritatie en verbranding te voorkomen.
- Spoel altijd met nasaal spoelzout. Spoelen met water kan pijnlijk zijn en tot irritatie leiden. Gebruik geen andere oplossingen om uw neus te spoelen.
- Maak voor elke spoeling opnieuw een zoutoplossing aan.
- In het geval van medicijngebruik via het neusslijmvlies is de juiste volgorde: neusspoelen, enkele minuten wachten, daarna de medicatie toedienen. Uw medicatie komt dan terecht op een schoon neusslijmvlies.
- Stel de NasoFree neusdouche en het nasaal spoelzout nooit direct bloot aan een warmtebron. Gekookt water dient eerst af te koelen tot max. 37°C voordat de neusdouche gevuld wordt.
- Buiten bereik van kinderen bewaren.

Bijwerkingen
- Spoelen met NasoFree nasaal spoelzout (met xylitol) kan mogelijk een prikkend gevoel geven.
- Indien er ernstige vorvallen zijn in verband met het hulpmiddel, moeten deze gemeld worden aan de fabrikant en de bevoegde autoriteiten (van de lidstaat) waar de gebruiker gevestigd is.

Bewaren
- De uiterste houdbaarheidsdatum van het NasoFree nasaal spoelzout (met xylitol) staat op de verpakking vermeld.
- Wegens slijtage en hygiënische redenen wordt aanbevolen na 1 jaar een nieuwe NasoFree neusdouche in gebruik te nemen.

Datum van de laatste revisie van de gebruiksaanwijzing
Februari 2023

EN

Name
- NasoFree nasal irrigator
- NasoFree nasal saline (2.5 g)
- NasoFree nasal saline with xylitol (6.5 g)

Product description
- NasoFree nasal irrigator and NasoFree nasal saline are suitable for cleaning the nostrils and nasal sinuses. In order to flush, for example, excessive mucus, viruses, bacteria, dust or allergens from the nose.
- Nasal saline dilutes mucus and softens scabs. These are then flushed away by the volume of the saline solution. As a result, it's easier to breathe and/or allergic symptoms are reduced. The effect is normally immediate.
- Nasal rinsing is suitable for all ages, from the age a child can sit up. Children should preferably rinse their nose under adult supervision.

Composition
- NasoFree nasal saline: Sodium chloride, sodium bicarbonate.
- NasoFree nasal saline with xylitol: Sodium chloride, sodium bicarbonate, xylitol and peppermint oil.

Features
- NasoFree nasal irrigator is effective due to the volume and slight positive pressure involved when rinsing. The saline solution is squeezed from the irrigator container, from bottom to top. This cleans both the nose and nasal sinuses. The nasal irrigator is easy to use and simple to clean.
- NasoFree nasal saline is a combination of sodium chloride and sodium bicarbonate. One sachet is sufficient for one 250ml rinse. The saline solution cleans effectively and is gentle to sensitive nasal mucosa.
- NasoFree nasal saline with added xylitol and a hint of mint is especially for people with chronic nasal sinusitis. Bacteria often play a role in (chronic) nasal sinusitis. The bacteria produce a layer of self-protective mucus (biofilm). Scientific research has shown that xylitol breaks down this mucus layer around the bacteria. This can help control (chronic) nasal sinusitis.

Indications/applications
- Sinusitis (rhinosinusitis).
- Airway allergy to grass and tree pollen, house dust mites and/or animal dander.
- Colds.
- Recovery after nasal surgery (in consultation with your ENT specialist).
- During or after a stay in a dusty environment.
- Snoring, as a result of colds or airway allergies.

How to use
1. Empty one sachet of nasal rinsing salt into the nasal douche. Then fill the irrigator with distilled or previously boiled, lukewarm water (at 37°C or below), up to the screw cap/neck of the bottle (i.e. 250 ml).
2. Shake the nasal irrigator briefly before use so that the nasal saline and water are well mixed. While doing so, keep your finger on the cap of the nasal irrigator. Test the temperature of the water on your palm or forearm.
3. Bend your head forward over a basin and insert the nasal irrigator at an angle of about 45° into one nostril.Gently squeeze the nasal irrigator. The fluid may flow back through the same nostril (in case of severe blockage), or through the other nostril. Therefore, always leave the other nostril free and do not block it.
4. Blow your nose lightly between rinses and after rinsing. You may experience pressure differences in the sinus cavities and ears. This is not serious.

Repeat steps 3 and 4 for the other nostril. You can continue to alternate nostrils until the nasal irrigator is empty.

Saline solution may get into your throat during rinsing. This is not harmful. You may spit out the solution. You can prevent saline entering your throat by applying only gentle pressure when squeezing the nasal irrigator.

Frequency and duration of use
The nose may be rinsed as needed, usually 1-4 times per day. There is no maximum for frequency or duration of use.

Cleaning the nasal irrigator
- Rinse the NasoFree nasal irrigator with warm water before and after use, as required.
- Clean the nasal irrigator by hand, using water and, if required, soap.
- After cleaning, rinse the nasal irrigator thoroughly and let it air dry.
- Remove the screw cap from the nasal irrigator while it is drying.

Use during pregnancy and breast feeding
There is no evidence that nasal rinses cannot be used during pregnancy and breast feeding.

Contraindications – when not to use this product
- Do not use if there is a known allergy to any of the ingredients.
- Do not use if there is a direct connection between the nose and the fluid spaces of the brain.
- Do not use for injuries to the nasal roof and nasal sinuses.
- Do not use in cases of severe nosebleeds.
- Do not use if the packaging is damaged on receipt of the product.

Special attention and precautions
- Consult your doctor if your symptoms do not improve.
- Never block the nostril through which the saline should flow out.
- Never use the NasoFree nasal irrigator while lying down.
- Always use your own nasal irrigator, to avoid cross-contamination.
- Never use water that is warmer than body temperature, to avoid irritation and burning.
- Always rinse with nasal saline. Rinsing with water can be painful and lead to irritation. Do not use other solutions to rinse your nose.
- Make a fresh saline solution before each rinse.
- If using medication that is applied to the nasal mucosa, observe the following sequence: use the nasal rinse, wait a few minutes, then administer the medication. The medication will then be applied to clean nasal mucosa.
- Never expose the NasoFree nasal irrigator or nasal saline directly to a heat source. Boiled water should first cool to 37°C or below before using it to fill the nasal irrigator.
- Keep out of reach of children.

Side effects
- Rinsing with NasoFree nasal saline (with xylitol) may possibly cause a stinging sensation.
- If there are serious adverse effects related to use of this product, report them to the manufacturer and to the competent authorities (of the Member State) where the user is located.

Storage
- The expiry date of NasoFree nasal saline (with xylitol) is indicated on the packaging.
- Due to wear and tear, and for hygienic reasons, replace the NasoFree nasal irrigator with a new one after 1 year.

Date of last revision of instructions for use
February 2023

DE

Bezeichnung
- NasoFree-Nasendusche
- NasoFree-Nasenspülsalz (2,5 g)
- NasoFree-Nasenspülsalz mit Xylitol (6,5 g)

Produktbeschreibung
- Die NasoFree-Nasendusche und das NasoFree-Nasenspülsalz sind für die Reinigung von Nase und Nasennebenhöhlen geeignet. Beispielsweise, um übermäßigen Schleim, Viren, Bakterien, Staub oder Allergene aus der Nase zu spülen.
- Das Nasenspülsalz sorgt dafür, dass der Schleim weniger zähflüssig wird und kleine Krusten sich aufweichen. Diese werden folglich durch das Volumen der Salzlösung weggespült. Dadurch können Sie freier atmen bzw. bereitet Ihnen Ihre Allergie weniger Beschwerden. Meistens merken Sie sofort einen Unterschied.
- Die Spülung der Nase ist ab dem Alter, dass man aufrecht sitzen kann, für alle Altersgruppen geeignet. Kinder sollten ihre Nase am besten unter Aufsicht eines Erwachsenen spülen.

Zusammensetzung
- NasoFree-Nasenspülsalz: Natriumchlorid, Natriumbikarbonat.
- NasoFree-Nasenspülsalz mit Xylitol: Natriumchlorid, Natriumbikarbonat, Xylitol und Pfefferminzöl.

Eigenschaften
- Die NasoFree-Nasendusche dankt ihre Wirksamkeit dem Volumen und dem leichten positiven Druck. Die Salzlösung wird durch die Spritzflasche von unten nach oben gedrückt. Dadurch können Sie sowohl die Nase als auch die Nasennebenhöhlen reinigen. Die Nasendusche ist einfach in der Anwendung und leicht zu reinigen.
- NasoFree-Nasenspülsalz besteht aus einer Kombination aus Natriumchlorid und Natriumbikarbonat. Ein Beutel enthält die richtige Menge für eine Nasenspülung von 250 ml. Die Salzlösung reinigt wirksam und ist mild für die empfindliche Nasenschleimhaut.
- Speziell für Personen mit einer chronischen Nasennebenhöhlenentzündung gibt es das NasoFree-Nasenspülsalz mit beigefügtem Xylitol und einem Hauch Minze. Bei einer (chronischen) Nasennebenhöhlenentzündung spielen oft Bakterien eine Rolle. Diese produzieren eine Schleimschicht (= Biofilm), um sich selbst zu schützen. Wissenschaftliche Studien haben nachgewiesen, dass Xylitol diese schützende Schleimschicht um die Bakterie abbaut. Das kann zusätzlich nützlich sein, um eine (chronische) Nasennebenhöhlen entzündung unter Kontrolle zu bekommen.

Indikationen/Anwendungsbereiche
- Nasennebenhöhlenentzündung (Rhinosinusitis).
- Allergien der Atemwege (gegen Gräser- und Baumpollen, Hausstaubmilben und/oder tierische Hautschuppen).
- Erkältung.
- Erholung nach einer Naseoperation (in Rücksprache mit dem HNO-Arzt).
- Bei oder nach einem Aufenthalt in staubiger Umgebung.
- Schnarchen bei Erkältung oder Allergie der Atemwege.

Anwendung
1. Einen Beutel Nasenspülsalz in die Nasendusche entleeren und mit lauwarmem (max. 37°C) destilliertem oder zuvor gekochtem Wasser bis zum Schraubverschluss/Flaschenhals (250 ml) auffüllen.
2. Die Nasendusche vor Gebrauch kurz schütteln, damit das Nasenspülsalz und das Wasser gut gemischt werden. Halten Sie dabei Ihren Finger auf den Verschluss der Nasendusche. Kontrollieren Sie die Wassertemperatur mit Ihrer Handfläche oder Ihrem Unterarm.
3. Beugen Sie Ihren Kopf über dem Waschtisch nach vorne und richten Sie die Nasendusche schräg (in einem Winkel von ca. 45°) in eines Ihrer Nasenlöcher.Drücken Sie langsam in die Nasendusche. Die Flüssigkeit kann über dasselbe Nasenloch (bei sehr starker Verstopfung) oder über das andere Nasenloch zurückfließen. Lassen Sie deshalb immer das andere Nasenloch frei und blockieren Sie es nicht.
4. Schnauzen Sie Ihre Nase beim Spülen zwischendurch und nach dem Spülen. Dabei können Sie einen Druckunterschied in den Nebenhöhlen und in den Ihren erfahren. Das ist weiter nicht schlimm.

Wiederholen Sie die Schritte 3 und 4 für das andere Nasenloch. Sie können das abwechseln, bis die Nasendusche leer ist.

Möglicherweise kommt während des Spülens etwas Salzlösung in den Hals. Das ist nicht schädlich. Sie können die Lösung ausspucken. Das können Sie verhindern, indem Sie langsam in die Nasendusche drücken.

Häufigkeit und Anwendungsdauer
Je nach Ihren Beschwerden können Sie Ihre Nase nach Bedarf spülen. Meistens ist das 1-4 Mal pro Tag. In Bezug auf die Häufigkeit und Anwendungsdauer gibt es kein bestimmtes Maximum.

Reinigung
- Sie können die NasoFree-Nasendusche vor und nach dem Gebrauch mit warmem Wasser abspülen.
- Die Nasendusche mit der Hand mit Wasser und eventuell etwas Seife reinigen.
- Spülen Sie die Nasendusche danach gut ab und lassen Sie sie an der Luft trocknen.
- Den Schraubverschluss während des Trocknens nicht auf die Nasendusche drehen.

Anwendung während der Schwangerschaft oder Stillzeit
Es gibt keinen Hinweis darauf, dass Nasenspülungen während der Schwangerschaft oder Stillzeit nicht durchgeführt werden dürfen.

Gegenanzeigen
- Nicht verwenden bei einer festgestellten Allergie gegen einen der Inhaltsstoffe.
- Nicht verwenden, falls zwischen der Nase und der Gehirnflüssigkeit eine direkte Verbindung besteht.
- Nicht verwenden bei Verwundungen des Nasendaches und der Nasennebenhöhlen.
- Nicht verwenden bei starken Nasenblutungen.
- Nicht verwenden, wenn bei Erhalt des Produkts die Verpackung beschädigt ist.

Spezielle Hinweise und Vorsichtsmaßnahmen
- Befragen Sie Ihren Arzt, wenn sich Ihre Beschwerden nicht verbessern.
- Blockieren Sie niemals das Nasenloch, durch das die Salzlösung nach außen rinnen muss.
- Verwenden Sie die NasoFree-Nasendusche niemals im Liegen.
- Verwenden Sie Ihre eigenen Nasendusche, um das Risiko einer wechselseitigen Ansteckung zu vermeiden.
- Verwenden Sie niemals Wasser, das wärmer ist als Körpertemperatur, um Irritationen und Verbrennungen zu vermeiden.
- Spülen Sie immer mit Nasenspülsalz. Spülen mit Wasser kann schmerzhaft sein und zu Irritationen führen. Verwenden Sie keine anderen Lösungen zum Spülen Ihrer Nase.
- Erstellen Sie für jede Spülung eine neue Salzlösung.
- Bei einer Medikamenteneinnahme über die Nasenschleimhaut lautet die richtige Reihenfolge: Nase spülen, einige Minuten warten, danach das Medikament einnehmen. Ihr Medikament kann dann auch eine gereinigte Nasenschleimhaut aufgenommen werden.
- Die NasoFree-Nasendusche und das Nasenspülsalz niemals direkt einer Wärmequelle aussetzen. Abgekochtes Wasser muss erst auf max. 37°C abgekühlt werden, bevor die Nasendusche befüllt wird.
- Außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren.

Nebenwirkungen
- Spülen mit NasoFree- Nasenspülsalz (mit Xylitol) kann möglicherweise ein stechendes Gefühl geben.
- Wenn schwerwiegende Vorfälle im Zusammenhang mit dem Hilfsmittel auftreten, müssen diese dem Hersteller und den zuständigen Behörden (des Mitgliedsstaats, in dem der Benutzer ansässig ist) gemeldet werden.

Aufbewahrung
- Das Haltbarkeitsdatum des NasoFree-Nasenspülsalzes (mit Xylitol) steht auf der Verpackung.
- Durch die Abnutzung und aus hygienischen Gründen wird empfohlen, nach 1 Jahr eine neue NasoFree-Nasendusche in Gebrauch zu nehmen.

Datum der letzten Prüfung der Gebrauchsanweisung
Februar 2023

FR

Dénomination
- NasoFree douche nasale
- NasoFree sel de rinçage nasal (2,5 g)
- NasoFree sel de rinçage nasal avec xylitol (6,5 g)

Description du produit
- La douche nasale NasoFree et le sel de rinçage nasal NasoFree sont indiqués pour le nettoyage du nez et des sinus. Par exemple, pour dégager le nez du mucus, des virus, des bactéries, de la poussière ou des allergènes.
- Le sel de rinçage nasal dilue le mucus et ramollit les croûtes. Ensuite, ces éléments sont rincés et évacués par la solution saline. Vous pouvez alors respirer plus librement, vous souffrez moins de votre allergie. En principe, vous remarquez directement la différence.
- Le rinçage du nez convient à tous tes âges, dès que l'on peut se mettre assis à la verticale. Il est préférable que les enfants se rincent le nez sous la supervision d'un adulte.

Composition
- NasoFree sel de rinçage nasal : Chlorure de sodium, bicarbonate de sodium.
- NasoFree sel de rinçage nasal avec xylitol : Chlorure de sodium, bicarbonate de sodium, xylitol et huile de menthe poivrée.

Propriétés
- L'efficacité de la douche nasale NasoFree est due à son volume et à la légère pression positive. La solution saline est poussée du bas vers le haut à l'aide du flacon à presser. Ainsi, vous pouvez nettoyer à la fois le nez et les sinus. De plus, la douche nasale est pratique à l'emploi et facile à nettoyer.
- Le sel de rinçage nasal NasoFree est obtenu par combinaison de chlorure de sodium et de bicarbonate de sodium. Un sachet contient la bonne quantité pour un rinçage de 250 ml. La solution saline nettoie efficacement et est douce pour la muqueuse nasale sensible.
- Spécialement conçu pour les personnes souffrant de sinusite chronique, le sel de rinçage nasal NasoFree existe aussi en version au xylitol menthollé. En cas de rhinosinusite (chronique), les bactéries ont souvent un rôle. Elles produisent une de couche de mucus, dénommée biofilm, pour se protéger. Des recherches scientifiques ont démontré que le xylitol décompose cette couche de mucus protectrice autour de la bactérie. Ce processus peut contribuer à soigner une rhinosinusite (chronique).

Indications/Domaines d'application
- Rhinosinusite (inflammation chronique des sinus).
- Allergie des voies respiratoires au pollen des herbes et des arbres, aux acariens ou aux squames d'animaux.
- Rhume.
- Soins postopératoires après intervention sur le nez (en concertation avec un médecin ORL).
- Lors d'un séjour dans un environnement poussiéreux ou après.
- Ronflement dû à un rhume ou à une allergie des voies respiratoires.

Comment t'utiliser
1. Versez un sachet de sel de rinçage nasal dans la douche nasale que vous remplissez d'eau distillée tiède (maximum 37°C) ou bouillie au préalable, jusqu'au bouchon à vis / col du flacon (250 ml).
2. Secouez la douche nasale avant emploi, afin que le sel de rinçage nasal soit bien mélangé à l'eau. Pour ce faire, il suffit de bien placer votre doigt sur l'embout de la douche nasale. Testez la température de l'eau sur la paume de votre main ou sur votre avant-bras.
3. Penchez la tête au-dessus du lavabo et placez l'embout de la douche nasale en biais (environ un angle de 45°) dans l'une des deux narines. Exercez une légère pression sur la douche nasale. Il peut arriver que la solution reflue par la même narine (en cas d'obstruction grave) ou par l'autre narine. Par conséquent, laissez toujours votre autre narine libre et ne l'obstruez pas.
4. Mouchez-vous délicatement entre les rinçages et à la fin. Il se peut que vous ressentiez des différences de pression dans vos cavités et vos oreilles. Ce n'est pas grave.

Répétez les étapes 3 et 4 pour l'autre narine. Vous pouvez alterner ainsi jusqu'à ce que la douche nasale soit vide.

La solution nasale peut couler dans votre gorge pendant le rinçage. Ce n'est pas grave. Vous pouvez cracher la solution. Pour éviter cela, pressez doucement sur la douche nasale.

Fréquence et durée d'utilisation
Vous pouvez rincer votre nez selon vos besoins, en fonction de vos symptômes. En règle générale, une à quatre fois par jour. L'utilisation n'est pas limitée en fréquence ni en durée.

Nettoyage
- Vous pouvez rincer la douche nasale NasoFree avec de l'eau tiède avant et après utilisation.
- Nettoyez la douche nasale à la main, avec de l'eau et éventuellement du savon.
- Ensuite, rincez soigneusement la douche nasale et laissez-la sécher à l'air.
- Ne vissez pas le bouchon sur la douche nasale pendant le séchage.

Utilisation pendant la grossesse ou l'allaitement
Rien ne laisse supposer que le rinçage nasal ne peut être utilisé pendant la grossesse ou l'allaitement.

Contre-indications
- Ne pas utiliser en cas d'allergie avérée pour l'un ou l'autre des ingrédients.
- Ne pas utiliser s'il existe une communication directe entre le nez et les cavités liquidiennes du cerveau.
- Ne pas utiliser en cas de plaies du toit nasal et des sinus.
- Ne pas utiliser en cas d'importants saignements de nez.
- Ne pas utiliser si l'emballage est endommagé à la réception du produit.

Attentions particulières et précautions
- Consultez votre médecin si les symptômes persistent.
- Ne bloquez jamais la narine par laquelle la solution saline doit s'écouler vers l'extérieur.
- N'utilisez jamais la douche nasale NasoFree en position allongée.
- Veuillez n'utiliser que votre propre douche nasale afin d'éviter les contaminations croisées.
- N'utilisez jamais de l'eau plus chaude que la température de votre corps pour éviter toute irritation ou brûlure.
- Rincez toujours votre nez avec du sel de rinçage nasal. Un rinçage à l'eau peut être douloureux ou provoquer des irritations. N'utilisez pas d'autres solutions pour vous rincer le nez.
- Refaites une solution saline avant chaque rinçage.
- En cas de prise de médicaments par la muqueuse nasale, l'ordre correct est le suivant : rinçage nasal, attendre quelques minutes, puis administrer le médicament. Ainsi, vos médicaments seront administrés sur une muqueuse nasale propre.
- N'exposez jamais la douche nasale et le sel de rinçage nasal NasoFree directement à une source de chaleur. L'eau bouillie doit d'abord être refroidie à 37°C maximum avant de la verser dans la douche nasale.
- Tenir hors de portée des enfants.

Effets secondaires
- Le rinçage avec le sel de rinçage nasal (avec xylitol) NasoFree peut parfois provoquer des picotements.
- En cas d'effets secondaires graves liés à ce dispositif, ils doivent être signalés au fabricant et aux autorités compétentes (de l'Etat membre) où se trouve l'utilisateur.

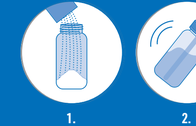
Conservation
- La date de péremption du sel de rinçage nasal (avec xylitol) NasoFree est indiquée sur l'emballage.
- En raison de son usure et pour des raisons d'hygiène, il est recommandé de se procurer une nouvelle douche nasale NasoFree après une année d'utilisation.

Date de la dernière révision du mode d'emploi
Février 2023

NasoFree

Instructions for use

RECOMMENDED BY EXPERTS



DOS Medical B.V.
Laan van Westenenk 64,
NL-7336 AZ Apeldoorn.

Made in Belgium
NF-IFU-001
www.dos-medical.com

MD

ES

Denominación
- Ducha nasal NasoFree
- Solución salina para lavado nasal NasoFree (2,5 g)
- Solución salina para lavado nasal NasoFree con xilitol (6,5 g)

Descripción del producto
- La ducha nasal NasoFree y la solución salina para lavado nasal NasoFree son adecuadas para limpiar la nariz y los senos nasales. Por ejemplo, para eliminar el exceso de mucosidad, virus, bacterias, polvo o alérgenos de la nariz.
- La solución salina para lavado nasal hace que la mucosidad se vuelva menos espesa y las costras se ablanden. A continuación, estas son eliminadas por el volumen de la solución salina. Esto le permite respirar más libremente y/o experimentar menos síntomas de alergia. Normalmente notará la diferencia inmediatamente.
- El lavado nasal es adecuado para todas las edades desde el momento en que la persona puede mantenerse sentada. Es preferible que los niños realicen el lavado nasal bajo la supervisión de un adulto.

Composición
- Solución salina para lavado nasal NasoFree: Cloruro sódico, bicarbonato sódico.
- Solución salina para lavado nasal NasoFree con xilitol: Cloruro sódico, bicarbonato sódico, xilitol y aceite de menta.

Propiedades
- La ducha nasal NasoFree debe su eficacia a su volumen y a su presión ligeramente positiva. La solución salina se empuja desde abajo hacia arriba a través del frasco presionable. Esto permite limpiar tanto la nariz como los senos nasales. Además, la ducha nasal es fácil de usar y de limpiar.
- La solución salina para lavado nasal NasoFree consiste en una combinación de cloruro sódico y bicarbonato sódico. Un sobre contiene la cantidad justa para 1 lavado de 250 ml. La solución salina limpia eficazmente y es suave con la sensible mucosa nasal.
- Especialmente para las personas con sinusitis nasal crónica, se ha desarrollado la solución salina para lavado nasal NasoFree con xilitol y un toque de menta. Las bacterias suelen desempeñar un papel en la sinusitis nasal (crónica). Estas producen una capa mucosa (= biopelícula) para protegerse. Las investigaciones científicas han demostrado que el xilitol elimina esta capa mucosa protectora alrededor de las bacterias. Esto puede tener un valor añadido para controlar la sinusitis nasal (crónica).

Indicaciones/Aplicaciones
- Sinusitis nasal (rinosinusitis).
- Alergia de las vías respiratorias al polen de las gramíneas y de los árboles, a los ácaros del polvo doméstico y/o a la caspa de los animales.
- Resfriado.
- Recuperación tras cirugía nasal (en consulta con el otorrinolaringólogo).
- Durante o después de permanecer en ambientes polvorientos.
- Ronquidos por resfriado o alergia respiratoria.

Modo de empleo
1. Vaciar 1 sobre de solución salina para lavado nasal en la ducha nasal y llenar con agua destilada o previamente hervida tibia (máx. 37°C) hasta el tapón de rosca/cuello de la botella (250 ml).
2. Agite la ducha nasal unos instantes antes de usarla para que la solución salina para lavado nasal y el agua se mezclen bien. Mientras lo hace, mantenga el dedo en el tapón de la ducha nasal. Pruebe la temperatura del agua en la palma de la mano o en el antebrazo.
3. Incline la cabeza hacia delante sobre el lavabo y coloque la ducha nasal en un ángulo de unos 45° en una de las fosas nasales. Apriete suavemente la ducha nasal. El líquido puede volver a fluir por la misma fosa nasal (en caso de congestión grave) o por la otra. Por lo tanto, deje siempre libre la otra fosa nasal y no la obstruya.
4. Suénese ligeramente la nariz entre los lavados y después del lavado. Puede experimentar diferencias de presión en las cavidades y en los oídos. Esto no es grave.

Repita los pasos 3 a 4 para la otra fosa nasal. Puede alternar esto hasta que la ducha nasal esté vacía.

La solución salina puede entrar en su garganta durante el lavado. Esto no es perjudicial. Puede escupir la solución. Puede evitar que esto suceda apretando la ducha nasal con suavidad.

Frecuencia y duración del uso
Dependiendo de los síntomas, puede realizar el lavado de nariz tantas veces como sea necesario. La frecuencia suele ser de 1 a 4 veces al día. No hay un uso máximo en cuanto a la frecuencia o la duración del uso.

Limpieza
- Puede enjuagar la ducha nasal NasoFree con agua tibia antes y después de usarla.
- Limpie la ducha nasal a mano con agua y, si es preciso, jabón.
- Después, enjuague bien la ducha nasal y déjela secar al aire.
- No gire el tapón de rosca de la ducha nasal durante la fase de secado.

Uso durante el embarazo o la lactancia
No hay indicios de que el lavado nasal no pueda utilizarse durante el embarazo o la lactancia.

No usar en caso de
- No usar en caso de alergia conocida a alguno de los ingredientes.
- No usar si existe una conexión directa entre la nariz y los espacios líquidos del cerebro.
- No usar en caso de lesiones del techo nasal y de los senos nasales.
- No usar en caso de hemorragias nasales graves.
- No usar si el embalaje está dañado al recibir el producto.

Atención especial y precauciones
- Consulte a su médico si sus síntomas no mejoran.
- Nunca obstruya la fosa nasal por la que debe salir la solución salina.
- No utilice nunca la ducha nasal NasoFree tumbado.
- Utilice siempre su propia ducha nasal para evitar la contaminación cruzada.
- No utilice nunca agua a una temperatura superior a la corporal para evitar irritaciones y quemaduras.
- Realice el lavado siempre con la solución salina para lavado nasal. Realizar el lavado con agua puede ser doloroso y provocar irritaciones. No utilice otras soluciones para realizar el lavado nasal.
- Prepare una solución salina para cada lavado.
- En el caso de medicación a través de la mucosa nasal, el orden correcto es: lavado nasal, esperar unos minutos y, a continuación, administrar la medicación. La medicación se deposita entonces sobre una mucosa nasal limpia.
- No exponga nunca la ducha nasal y la solución salina para lavado nasal NasoFree directamente a una fuente de calor. El agua hervida debería enfriarse primero hasta 37°C como máximo antes de llenar la ducha nasal.
- Mantener fuera del alcance de los niños.

Efectos secundarios
- El lavado con la solución salina para lavado nasal NasoFree (con xilitol) puede provocar una sensación de escozor.
- Si se producen efectos adversos graves relacionados con el producto, deben comunicarse al fabricante y a las autoridades competentes (del Estado miembro) donde se encuentre el usuario.

Conservación
- La fecha de caducidad de la solución salina para lavado nasal NasoFree (con xilitol) se indica en el envase.
- Debido al desgaste y a razones higiénicas, se recomienda usar una nueva ducha nasal NasoFree al cabo de 1 año.

Fecha de la última revisión del modo de empleo
Febrero de 2023

PT

Denominação
- NasoFree duche nasal
- NasoFree lavagem nasal salgada (2,5 g)
- NasoFree lavagem nasal salgada com xilitol (6,5 g)

Descrição do produto
- O duche nasal NasoFree e a lavagem nasal salgada NasoFree são agtos para a irrigação nasal e dos seios perinasais. Por exemplo para eliminar mucosidades, vírus, bactérias, pós e alergenos do nariz.
- A lavagem nasal salgada amacia mucosa e amolecia crostas, que depois são eliminadas pelo volume da lavagem nasal salgado. A lavagem nasal facilita a respiração e/ ou diminui alergias. Normalmente, sente a diferença diretamente.
- A lavagem nasal pode ser feita em todas as idades, desde que se pode sentar em posição vertical. De preferência, as crianças fazem a lavagem nasal sob vigilância de um adulto.

Composição
- NasoFree lavagem nasal salgada: Cloreto de sódio, bicarbonato de sódio.
- NasoFree lavagem nasal salgada com xilitol: Cloreto de sódio, bicarbonato de sódio, xilitol e óleo de hortelã-pimenta.

Características
- O duche nasal NasoFree é eficaz graças ao volume e à ligeira pressão positiva. A lavagem nasal salgada é empurrada de baixo para cima devido à garrafa, para limpar tanto o nariz, como os seios perinasais. Além disso, o duche nasal é fácil de usar e pode ser simplesmente limpado.
- A lavagem nasal salgada NasoFree consiste de uma combinação de cloreto de sódio e bicarbonato de sódio. Uma saqueta contem a quantidade suficiente para uma lavagem de 250 ml. A lavagem nasal salgada lava efetivamente e é suave para a mucosa nasal sensitiva.
- Especificamente para pessoas com sinusite crónica, existe a lavagem nasal salgada NasoFree com xilitol e um pouco de hortelã-pimenta. Na sinusite (crónica), muitas vezes as bactérias formam o problema. Essas produzem uma camada de mucosa (= biofilme) para se proteger. Os estudos científicos mostraram que xilitol destrói esta camada mucosa que cerca as bactérias. Pode ter valor aumentado para controlar e curar uma sinusite (crónica).

Indicações / áreas de utilização
- Sinusite (rinosinusite).
- Alergia nas vias respiratórias de pólens de erva e árvores, ácaros e/ ou escamas de pele animal.
- Constipação.
- Recuperação pós cirurgia endonasal (em consulta com o médico ORL).
- Na ou depois de estar num ambiente poeirento.
- Roncos devidos a constipação ou a alergia nas vias respiratórias.

Como usar
1. Coloque uma saqueta de lavagem nasal salgada no duche nasal e encha o com água morna destilada (max. 37°C) ou cozinhada anteriormente até a tampa / gargalo da garrafa (250 ml).
2. Agite o duche nasal diretamente antes de usar, para bem misturar a lavagem nasal salgada e a água e ponha o seu dedo na tampa do duche nasal. Controle a temperatura da água na palma da mão ou no seu braço inferior.
3. Mantenha a sua cabeça na posição diagonal em cima do lavatório e coloque o duche nasal em posição diagonal (num ângulo de cerca de 45°) numa das narinas. Pressione suavemente no duche nasal. O líquido pode voltar da mesma narina (em caso de obstrução grave) ou por via da outra narina. Sempre deixe a outra narina livre e não bloqueia-a.
4. Assoa o nariz ligeiramente durante a lavagem e depois da lavagem. Pode sentir diferenças de pressão nos seios e nas orelhas. Não é grave.

Repete os pontos 3 e 4 para a outra narina. Pode alterar até esgotar a solução.

É possível que a solução salgada entre a sua garganta durante a lavagem. Não faz mal, pode cuspir a solução. Pode evitar isso por pressionar suavemente no duche nasal.

Frequência e período de utilização
Depende dos problemas, pode fazer uma lavagem nasal quando necessite. Normalmente, é 1-4 vezes por dia. Não há limite na utilização relativo à frequência ou período de utilização.

Limpeza
- Pode lavar o duche nasal NasoFree com água quente antes e depois da utilização.
- Limpe o duche nasal manualmente com água e eventualmente sabão.
- Enxague abundantemente o duche nasal e deixe secar no ar livre.
- Durante a fase de secar, não rosque a tampa no duche nasal.

Utilização na gravidez ou amamentação
Não há contraindicações para utilizar a lavagem nasal durante a gravidez ou a amamentação.

Não utilizar se
- Não utilizar numa alergia diagnosticada para um dos ingredientes.
- Não utilizar se houver uma ligação direta entre o nariz e os seios de líquido do cérebro.
- Não utilizar em lesões no topo do nariz e nos seios perinasais.
- Não utilizar com hemorragias nasais graves.
- Não utilizar se a embalagem for danificada na receção do produto.

Cuidados específicos e prevenção
- Consulte o seu médico se os problemas não diminuirem.
- Nunca bloqueia a narina da qual a solução salgada deve voltar para fora.
- Nunca utilize o duche nasal NasoFree se estar deitado.
- Sempre utilize o seu duche nasal próprio para evitar contaminação cruzada.
- Nunca usar água mais quente que a sua temperatura corporal para evitar irritação e queimadura.
- Sempre lave com solução nasal salgada. A lavagem com água pode ser dolorosa e causar irritações. Não usar outras soluções para lavar o seu nariz.
- Antes de cada lavagem, prepare uma nova solução salgada.
- Em caso de uso de medicamentos por via da mucosa nasal, os passos corretos são: lavagem nasal, esperar alguns minutos e depois usar os medicamentos. Os medicamentos entram então numa mucosa nasal limpa.
- Nunca expor o duche nasal NasoFree e a solução nasal salgada diretamente numa fonte aquecedora. A água cozinhada deve arrefecer até no máximo 37°C antes de encher o duche nasal.
- Manter fora do alcance das crianças.

Efeitos secundários
- A lavagem com a solução nasal salgada NasoFree (com xilitol) pode eventualmente causar uma sensação picada.
- Se houver incidentes graves em relação ao uso deste remédio, devem ser informados ao produtor e às autoridades competentes (do Estado-membro) onde o utilizador reside.

Conservação
- A data de validade da solução nasal salgada NasoFree (com xilitol) está mencionada na embalagem.
- Devido ao desgaste e a razões de higiene, é aconselhado de começar com um novo duche nasal NasoFree depois de 1 ano de utilização.

Data da última revisão da bula
Fevereiro de 2023

IT

Nome del prodotto
- NasoFree doccia nasale
- NasoFree sali per il lavaggio nasale (2,5 g)
- NasoFree sali per il lavaggio nasale con xilitolo (6,5 g)

Descrizione
- La doccia nasale NasoFree e i sali per il lavaggio nasale NasoFree sono indicati per la pulizia del naso e dei seni nasali. Ad esempio per eliminare dal naso muco in eccesso, virus, batteri, polvere o allergeni.
- I sali per il lavaggio nasale fluidificano il muco e ammorbidiscono le crosticine, che poi vengono sciacquate via dal volume della soluzione salina. E quindi possibile respirare più liberamente e/o l'allergia è meno fastidiosa. Di solito ci si accorge subito della differenza.
- Il lavaggio nasale è indicato per tutte le età, da quando si riesce a stare seduti. Si raccomanda che i bambini facciano il lavaggio nasale sotto la supervisione di un adulto.

Composizione
- NasoFree sali per il lavaggio nasale: cloruro di sodio, bicarbonato di sodio.
- NasoFree sali per il lavaggio nasale con xilitolo: cloruro di sodio, bicarbonato di sodio, xilitolo e olio di menta piperita.

Proprietà
- La doccia nasale NasoFree deve la sua efficacia al volume e alla pressione leggermente positiva. La soluzione salina viene spinta dal basso verso l'alto strizzando il flacone. Questo consente di pulire sia il naso che i seni nasali. Inoltre, la doccia nasale è facile da usare e da pulire.
- NasoFree sali per il lavaggio nasale è composto da cloruro di sodio e bicarbonato di sodio. Una bustina contiene la dose per un lavaggio di 250 ml. La soluzione salina pulisce in modo efficace ed è delicata, adatta alle mucose nasali sensibili.
- Appositamente per le persone affette da sinusite cronica è disponibile NasoFree sali per lavaggio nasale con aggiunta di xilitolo e un po' di menta. Nella sinusite (cronica) hanno spesso un ruolo i batteri che producono uno strato di muco (= biofilm) per proteggersi. La ricerca scientifica ha dimostrato che lo xilitolo rompe questo strato di muco protettivo attorno ai batteri. Questo può essere un valore aggiunto per tenere sotto controllo una sinusite (cronica).

Indicazioni/ambiti di applicazione
- Sinusite (rinosinusite).
- Allergia delle vie aeree ai pollini di piante erbacee e piante arboree, agli acari della polvere e/o alla forfora/desquamazione animale.
- Raffreddore.
- Recupero dopo un intervento chirurgico al naso (dopo consultazione con otorinolaringoiatra).
- Durante o dopo il soggiorno in ambienti polverosi.
- Russamento dovuto a raffreddore o allergia delle vie aeree.

Modalità d'uso
1. Versare una bustina di sali per il lavaggio nasale nella doccia nasale e riempire fino al tappo/collo del flacone (250 ml) con acqua tiepida (max. 37°C) distillata o bollita.
2. Agitare la doccia nasale subito prima dell'uso in modo da miscelare bene acqua e sali per il lavaggio nasale. Durante questa operazione tenere il dito sul tappo della doccia nasale. Testare la temperatura della soluzione sul palmo della mano o sull'avambraccio.
3. Piegarsi in avanti sopra al lavabo e posizionare la doccia nasale obliquamente (angolo di circa 45°) in una delle narici. Schiacciare delicatamente la doccia nasale. Il liquido può rifluire attraverso la stessa narice (in caso di ostruzione grave) o attraverso l'altra narice. Perciò lasciare sempre libera l'altra narice e non ostruirla.
4. Soffiare delicatamente il naso tra due lavaggi e alla fine del lavaggio. Si possono sentire differenze di pressione nelle cavità e nelle orecchie. Non è grave.

Ripetere i passaggi da 3 e 5 per l'altra narice. Si può alternare fino a quando la doccia nasale è vuota.

Durante il lavaggio la soluzione salina può finire in gola. Non è dannoso. Si può sputare la soluzione. Per evitare che ciò accada, schiacciare la doccia nasale (più) delicatamente.

Frequenza e durata del trattamento
A seconda dei sintomi è possibile effettuare il lavaggio del naso secondo necessità. In genere si fa 1-4 volte al giorno. Non c'è un limite massimo di frequenza o durata d'uso.

Pulizia
- Sciacquare la doccia nasale NasoFree con acqua calda prima e dopo l'uso.
- Pulire la doccia nasale a mano con acqua ed eventualmente sapone.
- Sciacquare accuratamente la doccia nasale e lasciarla asciugare all'aria.
- Non chiudere col tappo la doccia nasale durante l'asciugatura.

Uso in gravidanza e allattamento
Non vi sono indicazioni che il lavaggio nasale non possa essere effettuato durante la gravidanza o l'allattamento.

Non utilizzare in caso di
- Non utilizzare in caso di accertata allergia a uno dei componenti.
- Non utilizzare in caso di collegamento diretto tra il naso-encefalo.
- Non utilizzare in presenza di lesioni al setto nasale e ai seni nasali.
- Non utilizzare in presenza di gravi emorragie nasali.
- Non utilizzare se la confezione è danneggiata al momento del ricevimento del prodotto.

Avvertenze e precauzioni
- Consultare il medico se i sintomi non migliorano
- Non ostruire mai la narice da cui deve uscire la soluzione salina.
- Non utilizzare mai la doccia nasale NasoFree da distesi.
- Utilizzare sempre la propria doccia nasale personale per evitare contagi.
- Non utilizzare mai acqua più calda della temperatura corporea per evitare irritazioni e bruciori.
- Utilizzare sempre i sali per il lavaggio nasale. Il lavaggio con l'acqua può essere doloroso e causare irritazioni. Non utilizzare altre soluzioni per il lavaggio nasale.
- Preparare una nuova soluzione salina per ogni lavaggio.
- In caso di assunzione di medicinali attraverso la mucosa nasale l'ordine corretto è: lavare il naso, attendere qualche minuto, assumere il farmaco. Il farmaco arriverà così su una mucosa nasale pulita.
- Non esporre mai la doccia nasale né il sale per il lavaggio nasale NasoFree a una fonte di calore diretta. Far raffreddare l'acqua bollita fino a max. 37°C prima di riempire la doccia nasale.
- Tenere fuori dalla portata dei bambini.

Possibili effetti indesiderati
- Il lavaggio con NasoFree sali per il lavaggio nasale (con xilitolo) può causare una sensazione di bruciore.
- In caso di episodi gravi legati al dispositivo, segnalarli al produttore e alle autorità competenti (dello Stato membro) in cui si trova l'utente.

Conservazione
- La data di scadenza di NasoFree sali per il lavaggio nasale (con xilitolo) è riportata sulla confezione.
- A causa dell'usura e per motivi igienici si raccomanda dopo 1 anno di utilizzare una nuova doccia nasale NasoFree.

Data ultima revisione del foglietto illustrativo
Febbraio 2023

تاريخ آخر مراجعة لدليل الاستعمال
فبراير/شباط 2023

AR

التسمية
- نازو فري (NasoFree) نضح الأنف
- نازو فري (NasoFree) ملح شطف الأنف (2.5 جم)
- نازو فري (NasoFree) ملح شطف الأنف مع إكسيليتول (6.5 جم)

مواصفات المُنتج
نُضح الأنف نازو فري (NasoFree) وملح شطف الأنف نازو فري (NasoFree) مناسبان لتنظيف الأنف والجيوب الأنفية. على سبيل المثال، لطرد الطعّ الزائد أو الفيروسات أو البكتيريا أو الغبار أو المواد المسببة للحساسية من الأنف.

يضمن ملح شطف الأنف أن يصبح المخاط أقل لزوجة وأن تتهم القشور. ثم يتم التخلص منها من خلال حجم المحلول الملحي. هذا يسمح لك بالتنفس بحرية أكبر و/أو تشعر بأعراض أقل من الحساسية. عادة ستلاحظ الفرق على الفور.

شطف الأنف مناسب لجميع الأعمار من الطفل الذي يمكن للمرء فيها أن يجلس في وضع مستقيم. يفضل أن يقوم الأطفال بشطف أنفهم تحت إشراف شخص بالغ.

التركيب
- نازو فري (NasoFree) ملح شطف الأنف: كلوريد الصوديوم وبيكربونات الصوديوم.
- نازو فري (NasoFree) ملح شطف الأنف مع إكسيليتول: كلوريد الصوديوم، بيكربونات الصوديوم، إكسيليتول وزيت النعناع.

المميزات
نازو فري (NasoFree) نضح أنفي فعّال، لحجمه وضغطه الإيجابي الخفيف، يدفع محلول الملحي، خلال زجاجة الضغط من الأسفل إلى الأعلى. هذا يسمح له بتنظيف كل من الأنف والجيوب الأنفية. علاوة على ذلك، فإن ملح شطف الأنف سهل الاستعمال والتنظيف.

يتكون نازو فري (NasoFree) ملح شطف الأنف من مزيج من بيكربونات الصوديوم وبيكربونات الصوديوم. كيس واحد يحتوي على الكمية المناسبة للشطف 250 مل. المحلول الملحي ينظف بشكل فعال وظيف على الغشاء المخاطي للأنف الحساس.

خاصة بالنسبة للأشخاص الذين يعانون من التهاب الجيوب الأنفية المزمن، صممنا نازو فري (NasoFree) ملح شطف الأنف مع إضافة إكسيليتول النعناع. في (مزمن) التهاب الجيوب الأنفية، تلعب البكتيريا دورًا في التهابات الجيوب الأنفية (المزمنة). هذه تنتج طبقة من المخاط (= بيوفيلم) لحماية نفسها. أظهرت الأبحاث العلمية أن إكسيليتول يكسر طبقة المخاط الواقية حول البكتيريا. يمكن أن يكون هذا ذا قيمة مضافة للسيطرة على عدوى الجيوب الأنفية (المزمنة).

المؤشرات/أماكن الإستعمال
التهاب الجيوب الأنفية.
حساسية الجهاز التنفسي من لقاح العشب والأشجار وحبّ غبار المنزل وأبو وبر الحيوانات.
نزلات البرد.
التعافي بعد جراحة الأنف (بالتشاور مع أخصائي الأنف والأذن والحنجرة).
أثناء أو بعد الإقامة في بيئة مثيرة.
الشخير من البرد أو حساسية الجهاز التنفسي.

كيفية الإستعمال
1. أفرغ كيسًا واحدًا من ملح شطف الأنف في جهاز نضح الأنف واملأه بماء فاتر (37 درجة مئوية كحد أقصى) مقطر أو سبق غليه (250 مل) حتى الغطاء/العنق الزجاجي.
2. حرك النضح الأنفي لفترة وجيزة قبل الاستعمال. حتى يمتزج الماء والملح جيدًا. ضع إصبعك على غطاء نضح الأنف. اختبر درجة حرارة الماء، على راحة يدك أو ساعدك.
3. انثني رأسك فوق المغسلة وضع منديل نضح الأنف بزاوية (45 درجة مئوية) في أحد فتحتي أنفك. اضغط على نضح الأنف برفق. يمكن أن يتدفق السائل مرة أخرى (في حالة الإمساك الشديد) أو من خلال فتحة الأنف الأخرى. (في حالة الإمساك الشديد) أو من خلال فتحة الأنف الأخرى. **لذلك اترك فتحة الأنف الأخرى دائما مفتوحة ولا تسدها.**
4. انفخ أنفك برفق بين الشطف وبعد الشطف. قد تواجه اختلافات في الضغط في الجيوب وأذنيك. هذا ليس خطيرًا.

كرر الخطوات من 3 و 4 مع فتحة الأنف الأخرى. يمكنك تبديل هذا حتى يفرغ نضح الأنف.

قد تحصل على محلول ملحي في حلقك أثناء الشطف. هذا ليس ضارا. يمكنك بصق الحل. يمكنك منع ذلك عن طريق الضغط برفق على نضح الأنف.

تكرار ومدة الاستعمال
اعتمادًا على الأعراض، يمكنك شطف أنفك حسب الحاجة. عادة ما يكون هذا من 1-4 مرات في اليوم. لا يوجد حد أقصى للاستعمال من حيث التكرار أو مدة الاستعمال.

الصيانة
- يمكنك شطف نازو فري (NasoFree) نضح الأنف بالماء الدافئ قبل وبعد الاستعمال.
- نظف نضح الأنف باليد باستعمال الماء والصابون إذا لزم الأمر.
- تم اشطف نضح الأنف جيدًا واتركه يجف في الهواء.
- لا تقم بلف برغي الغطاء اللولبي على نضح الأنف أثناء مرحلة التجفيف.

الإستعمال أثناء الحمل أو الرضاعة الطبيعية
لا توجد مؤشرات على عدم إمكانية استعمال نضح الأنف أثناء الحمل أو الرضاعة الطبيعية.

لا يجب استعماله مع
- لا تستعمله إذا كان لديك حساسية تجاه أحد المكونات.
- لا تستعمله إذا كان هناك اتصال مباشر بين الأنف ومساحات السوائل في الدماغ.
- لا تستعمله على إصابات سقف الأنف والجيوب الأنفية.
- لا تستعمله في حالة نزيف الأنف الشديد.
- لا تستعمله في حالة تلف العبوة عند استلام المنتج.

العناية الخاصة والاحتياطات
- استشر طبيبك إذا لم تتحسن الأعراض
- **لا تسد فتحة الأنف التي يتدفق من خلالها المحلول الملحي.**
- لا تستعمل نازو فري (NasoFree) نضح الأنف أثناء الاستلقاء.
- استعمل دائما نضح الأنف الخاص بك لتجنب انتقال التلوث.
- لا تستعمل مياه أكثر دفئا من درجة حرارة الجسم لتجنب التهيج والحرق.
- اشطف فمك دائما بمحلول ملحي. يمكن أن يكون الشطف بالماء، مؤلما ويؤدي إلى التهيج. لا تستعمل محاليل أخرى لشطف أنفك.
- أعد تكوين محلول ملحي لكل تدفق.
- في حالة تعاطي المخدرات عن طريق الغشاء المخاطي للأنف، فإن التسلسل الصحيح هو: شطف الأنف، وانتظر بضع دقائق، ثم تناول الدواء. يتم وضع الدواء الخاص بي على الغشاء المخاطي النظيف للأنف.
- لا تعرض جهاز نازو فري (NasoFree) نضح الأنف وملح شطف الأنف وما في أنبوب قارورة مباشرة لمصدر حرارة. يجب أن يبرد الماء المغلي أولاً حتى 37 درجة مئوية كحد أقصى قبل ملء جهاز نضح الأنف.
- يحفظ بعيدا عن متناول الأطفال.

الآثار الجانبية
- الإستعمال مع NasoFree sali per il lavaggio nasale (مع إكسيليتول) يمكن أن يسبب حرقة.
- في حالة حدوث حوادث خطيرة تتعلق بالجهاز، فيجب إبلاغ الشركة الصانعة والسلطات المختصة (في الدولة العضو) حيث يوجد المستعمل.

الحفظ
- تاريخ انتهاء صلاحية نازو فري (NasoFree) ملح شطف الأنف مدرج على العبوة.
- نظرًا لأسباب تتعلق بالارتداء والنظافة، يوصى باستعمال نازو فري (NasoFree) نضح الأنف الجديد للأنف بعد عام من الاستعمال.