

1 Voeg neuszout toe in de beker.



2 Doe er 300ML 37 °C warm water bij. (beker kan maximaal 100° weerstaan)



3 Draai de dop erop en schudden maar!



4 Kies de juiste tip.



5 De knop aan de onderzijde indrukken voor controle over het water



6 Knop niet indrukken, zorgt ervoor dat het water stopt.



7 Begin de neus te wassen en adem door de mond.



8 Geniet van de frisse lucht!



Zowel te weinig als teveel zout in het water kan pijn doen. dosering van 3 gr zout is voldoende.

Aantal tips

Ontspan en adem door je mond wanneer je het gebruikt, houd je adem NIET in. Adem NIET door de neus. Voor een fles van 300 ml raden we aan een neuszakje met zout van 2,7 g te gebruiken. Zorg ervoor dat de watertemperatuur ongeveer 37 graden Celsius is.

Kies een geschikt neusmondstuk

Knijp NIET in de fles.

Gebruik geen gewoon zout maar nasaal spoelzout.

Kinderen onder de 12 jaar dienen dit product te gebruiken onder toezicht van de ouders of de arts.

Het is een product voor persoonlijke verzorging, niet om met anderen te delen.

Was de fles grondig voor en na gebruik.

Hoe te gebruiken?

Stap 1: Was uw handen. Doe rond de 3 gram neuszout in de fles.

Stap 2: Vul een schone fles met warm gedestilleerd water of eerder gekookt water tot aan de vullijn (300 ml).

Stap 3: Draai de dop en de buis vast. Schud de fles voorzichtig om het mengsel op te lossen.

Stap 4: Ga voor een gootsteen staan, buig voorover naar uw comfortniveau en kijk naar beneden,

Ondersteboven de fles en steek het mondstuk voorzichtig in een neusgat. Druk op de knop, de oplossing begint te stromen in het ene neusgat en komt er aan de andere neuskant weer uit. Laat de knop los om de oplossing te stoppen.

Stap 5: Blaas zachtjes uw neus, zonder uw neus volledig te knijpen, omdat dit druk zal uitoefenen op de trommelvlies.

Stap 6: herhaal vervolgens stap 4 en 5 voor uw andere neusgat.