

Bedienungsanleitung NasoFree® Nasendusche (Für eine Videoanleitung siehe www.nasofree.nl)

1. Leeren Sie einen Beutel mit Nasenspülsalz in die Dusche und füllen Sie die Dusche mit lauwarmem Wasser (max. 37°C). Das Wasser, das Sie hierzu verwenden, muss die Qualität von Trinkwasser haben. Schütteln Sie die Nasendusche vor dem Gebrauch ein wenig. Achten Sie darauf, dass Sie ein Taschentuch oder etwas Küchenrolle während der Nasenspülung zur Hand haben, um sich während der Nasenspülung Ihre Nase abwischen zu können.
2. Beugen Sie sich ein wenig nach vorne und platzieren Sie die Nasendusche schräg (in einem Winkel von ca. 45°) in eines Ihrer Nasenlöcher.
3. Drücken Sie sanft auf die Nasendusche und lassen das Nasenspülsalz nach dem Drücken aus Ihrer Nase heraus fließen. Dabei kann das Nasenspülsalz sowohl über das gleiche Nasenloch (bei stark verstopfter Nase) als auch durch das andere Nasenloch ausfließen. Beides ist gut. Wenn nötig, schnäuzen Sie Ihre Nase leicht. Es kommt dann weiteres Nasenspülsalz und Schmutz aus der Nase. Setzen Sie die Spitze der Nasendusche in das andere Nasenloch und wiederholen Sie diesen Vorgang, bis die Nasendusche leer ist. Durch ein sanftes Drücken können Sie verhindern, dass Nasenspülsalz in den Rachen gelangt. Wenn das aber doch passiert, ist es nicht schädlich. Sie spuckt es einfach aus.



Wann darf die Nase nicht gespült werden?

- Wenn durch eine Verletzung des Nasendaches und der Nasennebenhöhlen eine direkte Verbindung zu den Flüssigkeitsräumen des Gehirns besteht.
- Bei starker Nasenblutung.

Manchmal höre ich meine Ohren "knacken", wenn ich den Schleim nach der Nasenspülung aus meiner Nase schnäuze.

Beim Schnäuzen der Nase nach der Nasenspülung entstehen Druckunterschiede in der Nasenhöhle, wodurch die Ohren "knacken". Das ist aber nicht gefährlich. Es ist mit dem normalen Nasenschnäuzen in einem Taschentuch vergleichbar.

Reinigung der NasoFree® Nasendusche

Reinigen Sie die Nasendusche nach Gebrauch, indem Sie sie unter fließendem, warmem Wasser (ggf. mit einem Tropfen Spülmittel) sauber spülen. Desinfizieren Sie die Nasendusche regelmäßig, z. B. alle 1 - 2 Tage. Dies kann erreicht werden, indem die Teile der Nasendusche in eine Pfanne / große Schüssel gegeben und mit kochendem Wasser gegossen / eingetaucht werden. Nehmen Sie die Teile nach 10 Sekunden heraus und lassen Sie sie an der Luft trocknen.

Wir raten davon ab, die Nasendusche auszukochen.

Die Nasendusche kann sich deformieren, wenn sie zu lange im kochenden Wasser ist. Lassen Sie die Nasendusche nach der Reinigung an der Luft trocknen. Während der Trocknungsphase darf der Schraubverschluss nicht auf die Nasendusche gedreht werden.



Dos Medical Nasenspülsalz™

Das Dos Medical Nasenspülsalz™ wurde speziell für die Reinigung der Nase (Nebenhöhlen) entwickelt. Es enthält kein Jod, da Jod reizt. Die Kombination aus Natriumchlorid und Natriumbicarbonat reinigt effektiv und schon die empfindliche Nasenschleimhaut. Ein Beutel enthält genau die richtige Menge für eine Nasenspülung mit 250 ml (isotonische Lösung). Sie lösen 1 Beutel des Nasenspülsalzes in 250 ml lauwarmem Wasser auf (max. 37°C.)

Das ist angenehmer als kaltes Wasser. Das Wasser, in dem Sie das Nasensalz auflösen, muss Trinkwasserqualität haben. Für ein besonders frisches Gefühl können Sie auch Nasenspülsalz mit einem Hauch von Minze wählen (nur bei kno-winkel.nl • nko-winkel.be • hno-laden.de erhältlich). Isotonische Nasenspülsalzlösungen können in der Regel ohne Einschränkungen angewendet werden, was Dauer und Häufigkeit betrifft.

Dos Medical Nasenspülsalz mit Xylitol

Speziell für Menschen mit chronischer Nasennebenhöhlenentzündung (chronischer Rhinosinusitis) wurde Nasenspülsalz mit Xylitol entwickelt. Bei der chronischen Rhinosinusitis spielen oft Bakterien eine Rolle, die einen "Biofilm" (= eine Art Schleimfilm) bilden.

Durch diese Schleimschicht können sich die Bakterien besser an das Körpergewebe heften und die Wirkung von Antibiotika wird dann untergraben. Wissenschaftliche Untersuchungen haben gezeigt, dass Xylitol diesen Biofilm abbaut und dass die Reinigung der Nasennebenhöhlen bei chronischer Nasennebenhöhlenentzündung mit einer Kombination von Nasenspülsalz mit Xylitol bessere Ergebnisse als Nasenspülungen mit reinem Nasenspülsalz liefert.

NasoFree® nasal irrigator

The NasoFree® Nasal Irrigator and Dos Medical Nasal Saline™ is used to rinse the nasal cavity and paranasal sinuses

- in the case of acute and chronic sinusitis (= rhinosinusitis)
 - in the case of respiratory allergy such as grass and tree pollen (hay fever), house dust mite and animal dander such as cat, dog, horse.
 - during the recovery after nasal surgery, among other things, to prevent crusting.
 - in case of flu or common cold
 - when rinsing the nasal cavity as a result of exposure dust and polluted air
- If snoring is caused by a reduced passage of the nasal respiratory tract, the NasoFree® nasal irrigator can help to prevent snoring.*

Only use your own NasoFree® nasal irrigator.

To avoid contamination, each family member should use his own NasoFree® nasal irrigator. NasoFree® is a Class I medical device that you use on a daily basis. For reasons of wear and hygiene, it is recommended to replace the device after one year for a new NasoFree® nasal irrigator.

Important

- Ask your doctor if your symptoms do not improve.
- **BE CAREFUL not to rinse with (too) hot rinsing solution and never block the nostril through which the nasal saline must flow outwards.**
- Only use NasoFree® when standing or sitting.
- Always rinse your nose with nasal rinse salt. Rinsing with normal water is painful and can cause irritation. Rinsing with nasal saline cleans better than rinsing with normal water.

Nasal rinsing and medication

If you use a nasal spray, rinse your nose before applying the nasal spray. Your medication then end upon clean nasal mucosa. After you have rinsed your nose, droplets may flow back from your nose. Therefore wait a few minutes before applying your nasal medication. After nasal rinsing, you can also improve your nasal mucosa with NasuMel® Nasal Ointment (nasumel.nl).

How often can you rinse?

Depending on the degree of your symptoms, you can rinse your nose as needed. Below you will find a guideline, but always follow the advice of your doctor.

- After exposure to dust or polluted air: 1 x per day.
- Preventive in case of respiratory allergies, mild nasal blockage or discomfort: 1 - 2 times a day.
- In case of post nasal/ sinus surgery, moderate / severe nasal blockage, crusts or infection: 2 - 4 times a day.

Instruction for use NasoFree® irrigation

(For a video tutorial, please see www.nasofree.nl)

1. Empty the nasal saline sachet into the NasoFree and fill it with lukewarm (drinking)water (37 °C max.). Shake the NasoFree® a little before use. Be sure to have a handkerchief , towel or tissue during nasal rinsing to wipe your nose during nasal rinsing.
2. Bend slightly forward and place the nasal irrigator at an angle (of about 45°) in one of your nostrils.

3. Gently squeeze the NasoFree® and let the nasal saline solution flow out of your nose after squeezing. The nasal saline can flow out through the same nostril (in case of a severely nasal blockage) and through the other nostril. Both are good. If necessary, blow your nose lightly. Place the tip of the NasoFree® in the other nostril and repeat this procedure until the nasal irrigator is empty. By gently squeezing, you prevent the nasal saline from entering your pharynx. Should this happen, it is not harmful and you just spit it out.



When should you not rinse with the NasoFree®?

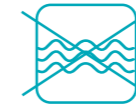
- If there is a direct connection to the fluid cavities of the brain due to an injury to the nasal fossa and paranasal sinuses.
- In case of heavy nosebleed.

I sometimes hear my ears 'crack' when I muzzle the mucus out of my nose after nasal rinsing

When you blow your nose after nasal rinsing, pressure differences develop in the nasal cavity causing your 'ears to burst'. This can not hurt. It is similar to simply blowing your nose in a handkerchief.

Cleaning the NasoFree® nasal irrigator

After use, clean the (parts of) the NasoFree® by rinsing it clean (if necessary using a drop of detergent) under running, warm water. Disinfect the nasal irrigator regularly, eg once every 1 - 2 day (s). This can be done by placing the parts of the nasal irrigator in a pan / large bowl and pouring / dipping it with boiling water. After 10 seconds, take out the parts and let them air dry. Do not boil the nasal douche. Too long in boiling water can deform the nasal irrigator. Allow the nasal douche parts to air dry after cleaning. Do not screw the screw cap onto the nasal irrigator during the drying phase.



Dos Medical Nasal Saline™

Dos Medical Nasal Saline™ is specially composed for rinsing of the nasal cavity and paranasal sinuses. It contains no iodine, as iodine irritates. The combination of sodium chloride and sodium bicarbonate effectively cleans and protects the sensitive nasal mucosa. One sachet contains just the right amount for a nasal rinse containing 250 ml (isotonic solution). Dissolve 1 sachet of nasal saline in 250 ml of lukewarm (drinking)water (maximum 37 ° C). Lukewarm water is more comfortable to rinse your nose than cold water. Isotonic nasal saline solutions can generally be used without limitation in duration and frequency.

Dos Medical Nasal Saline with Xylitol

is specially developed for people with chronic sinusitis (chronic rhinosinusitis). In chronic rhinosinusitis bacteria often play a role, forming a "biofilm" (= a kind of mucus layer). Because of this mucus layer, bacteria attach better to tissue and the effect of an antibiotic is undermined. Scientific research has shown that xylitol breaks down this biofilm and that the cleansing of the paranasal sinuses in people with chronic nasal cavity inflammation with the combination of nasal saline with xylitol gives a better result than nasal rinse with nasal saline alone.

dosmedical
dedicated to healthcare

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

Tel. +31 (0)85 773 20 80
informatie@dosmedical.nl
www.dosmedical.nl



NF-FU-001

dosmedical
dedicated to healthcare



Handleiding

NasoFree® neusdouche
Dos Medical naasal spoelzout™

Notice d'utilisation

NasoFree® douche nasale
Sel de rinçage nasal Dos Medical™

Gebrauchsanweisung

NasoFree® Nasendusche
Dos Medical Nasenspülsalz™

Instructions for use

NasoFree® nasal irrigator
Dos Medical nasal saline™

NasoFree® neusdouche

De NasoFree® neusdouche en Dos Medical nasaal spoelzout™ wordt gebruikt voor het reinigen van de neus en neusbijholten

- bij acute en chronische neusbijholtenontsteking (= rhinosinitis)
- bij luchtwegallergie zoals gras- en boompollen (hooikoorts), huisstofmijt en dierlijke huidschilfers zoals bijv. kat, hond, paard.
- bij het herstel na neusoperatie o.m. om korstvorming te voorkomen.
- bij verkoudheid
- bij het schoonspoelen van de neusholte als gevolg van blootstelling aan stof en vervuilde lucht

Als snurken veroorzaakt wordt door een verminderde doorgang van de neusademhalingswegen kan de NasoFree® neusdouche helpen.

Gebruik alleen uw eigen NasoFree® neusdouche

Om besmetting te voorkomen dient ieder gezinslid zijn eigen NasoFree® neusdouche te gebruiken. De NasoFree® is een medisch hulpmiddel klasse I dat u dagelijks gebruikt. Mede vanwege slijtage en hygiënische reden wordt aanbevolen na 1 jaar een nieuwe in gebruik te nemen.

Belangrijk

- Raadpleeg uw arts als uw klachten niet verbeteren.
- LET OP dat u niet spoelt met (te) heet nasaal spoelzout en blokkeer nooit ‘t neusgat waar het zout water door naar buiten moet stromen.**
- De NasoFree® alleen staand of zittend gebruiken.
- Spoel uw neus altijd met nasaal spoelzout. Spoelen met gewoon water is pijnlijk en kan leiden tot irritaties. Bovendien reinigt spoelen met nasaal spoelzout beter dan spoelen met gewoon water.

Medicijnen en neusspoelen

Gebruikt u ook een neusspray, spoel dan eerst uw neus voordat u de neusspray gaat gebruiken. Uw medicatie komt dan terecht op een schoon neusslijmvlies. Nadat u uw neus heeft gespoeld, kunnen er druppeltjes terugvloeien uit uw neus. Wacht u daarom een paar minuten voordat u de medicijnen via de neus gaat toedienen. Na het neusspoelen kunt u uw neusslijmvlies ook verder verzorgen met NasuMel® neuszalf (nasumel.nl).

Hoe vaak kunt u spoelen?

Afhankelijk van de mate van uw klachten kunt u naar behoefte uw neus spoelen. Hieronder treft u een richtlijn aan.

- Na blootstelling aan stof of vervuilde lucht: 1 x per dag
- Preventief bij luchtwegallergie, bij lichte verstopping of klachten: 1 - 2 x per dag
- Bij matig / ernstige verstopping, korstvorming of infectie: 2 - 4 x per dag

Gebruiksaanwijzing NasoFree® neusdouche

(voor 'n videohandleiding kijkt u op www.nasofree.nl)

- Leeg één sachet nasaal spoelzout in de neusdouche en vul deze met lauwwarm water (max. 37°C). Het water dat u gebruikt dient van drinkwaterkwaliteit te zijn. Voor gebruik schudt u de neusdouche een beetje. Zorgt u ervoor dat u een tissue of stukje keukenrol bij de hand hebt om gedurende het neusspoelen uw neus af te vegen.
- Buig een beetje voorover en plaats de neusdouche schuin (in 'n hoek van circa 45°) in één van uw neusgaten aan.
- Knijp rustig in de neusdouche en laat na het knijpen het nasaal spoelzout uit uw neus stromen. Het nasaal spoelzout kan zowel via hetzelfde neusgat (bij ernstig verstopte neus) als via het andere neusgat naar buiten stromen. Beide is goed. Eventueel snuit u licht uw neus. Er komt dan extra nasaal spoelzout en viezigheid uit uw neus. Plaats de tip van de neusdouche in het andere neusgat en herhaal deze gang van zaken totdat de neusdouche leeg is. Door rustig te knijpen voorkomt u dat er nasaal spoelzout in uw keelholte terecht komt. Mocht dat wel voorkomen, is dat niet schadelijk en spuugt u het gewoon uit.



Wanneer mag de neus niet worden gespoeld?

- wanneer door verwonding aan het neusdak en de neusbijholten een directe verbinding met de vloeistofruimtes van de hersenen bestaat.
- bij hevige neusbloeding.

Ik hoor soms mijn 'oren knappen' als ik het slijm na het neusspoelen uit mijn neus snuit

Bij het snuiten van de neus na het neusspoelen ontstaan er drukverschillen in de neusholte waardoor uw 'oren knappen'. Dit kan geen kwaad. Het is vergelijkbaar met het gewoon snuiten van de neus in een zakdoek.

Reinigen van de NasoFree® neusdouche

Reinig na gebruik de (onderdelen van de) neusdouche door deze schoon te spoelen (eventueel gebruikmakend van een druppeltje afwasmiddel) onder stromend, warm water. Ontsmet de neusdouche regelmatig bv. één keer per 1 - 2 dag(en). Dat kan onder meer door de onderdelen van de neusdouche in een pannetje/ grote kom te leggen en te overgieten/ onderdompelen met kokend water. Na 10 seconden haalt u de onderdelen eruit. De neusdouche niet uitkoken. Te lang in kokend water kan de neusdouche vervormen. Laat de onderdelen van de neusdouche na reiniging aan de lucht drogen. Schroefdop tijdens de droogfase niet op de neusdouche draaien.



Dos Medical nasaal spoelzout™

Dos Medical nasaal spoelzout™ is speciaal ontwikkeld voor het reinigen van de neus(bijholten). Het bevat geen jodium, want jodium irriteert. De combinatie van natriumchloride en natriumbicarbonaat reinigt effectief én is mild voor het gevoelige neusslijmvlies. Een sachet bevat de juiste hoeveelheid voor één spoelbeurt van 250 ml (isotone oplossing). U lost 1 sachet nasaal spoelzout op in 250 ml. lauwwarm water (max. 37°C.) Dat is comfortabeler dan met koud water. Het water waarin u het nasaal zout oplost dient drinkwater kwaliteit te zijn. Isotone nasaal-spoelzout-oplossingen kunnen in het algemeen zonder beperking in duur en frequentie worden toegepast.

Dos Medical nasaal spoelzout met xylitol

Speciaal voor mensen met chronische neusbijholten-ontsteking (chronische rhinosinitis) is nasaal spoelzout met xylitol ontwikkeld. Bij een chronische rhinosinitis spelen vaak bacteriën een rol die een 'biofilm' (= soort slijmlaag) produceren. Door deze slijmlaag hechten bacteriën zich beter aan weefsel en wordt de werking van een antibioticum ondermijnd. Wetenschappelijk onderzoek heeft aangetoond dat xylitol deze biofilm afbreekt en dat het reinigen van de neusbijholten bij mensen met chronische neusbijholtenontsteking met de combinatie van nasaal spoelzout met xylitol een beter resultaat geeft dan neusspoeling met alleen nasaal spoelzout.

La douche nasale NasoFree®

La douche nasale NasoFree® et le sel de rinçage nasale Dos Medical™ sont indiqués:

- en cas d’infections aiguës et chroniques des sinus (=rhinosinusite)
- en cas d’allergies respiratoires: l’herbe, le pollen (rhume des foins), acariens et squames d’animaux comme le chat, chien ou cheval.
- en cas de rétablissement après une opération nasale afin d’éviter les croûtes dures.
- en cas de rhume.
- en cas de rinçage de la cavité nasale suite à une exposition à la poussière et ou un air pollué.

La douche nasale NasoFree® peut également aider à combattre les ronflements en dégageant le passage des voies respiratoires nasales.

N'utilisez uniquement que votre propre douche nasale NasoFree®.

Afin d'éviter toute contamination, chaque membre de la famille doit utiliser sa propre douche nasale NasoFree®.

Important

- Veuillez contacter votre médecin si vos symtômes ne disparaissent pas.
- ATTENTION de ne pas rincer avec un sel de rinçage trop chaud (max 37°C) et ne jamais bloquer la narine d'où l'eau doit sortir.**
- Veuillez n'utiliser la douche nasale NasoFree® qu'en position debout ou assise.
- Rincez toujours votre nez avec un sel de rinçage nasal. Le rinçage est plus efficace avec un sel de rinçage nasal qu'avec de l'eau. Le rinçage à l'eau peut s'avérer être douloureux et entraîner des irritations.

A quelle fréquence rincer?

En fonction de vos symptômes, vous pouvez rincer votre nez à votre guise. Ci-dessous, quelques indications.

- Suite à une exposition à la poussière ou à un air pollué: 1x par jour
- Prévention dans le cas d'allergies respiratoires (rhume des foins et acariens): 1-2 x par jour
- En cas d'encombrements ou de maux légers: 1 - 2 x par jour
- En cas d'encombrements plus grave, de formations de croûtes dures ou d'infections: 2 - 4 fois par jour

Médications et rinçage nasal

Vous utilisez également un vaporisateur nasal, rincez d’abord votre nez avant d’utiliser votre vaporisateur nasal. Votre médication favorisera la propreté de votre muqueuse nasale. Après vous être rincé le nez, il se peut que des gouttelettes refluent du nez. Patientez donc quelques les minutes avant que de vous administrer un traitement par le nez. Après votre rinçage nasal, vous pourrez également traiter votre muqueuse nasale avec la pommade nasale NasuMel® (www.nasumel.nl).

Conseils d'utilisation de la douche nasale NasoFree®

- Videz un sachet de sel de rinçage nasal dans la douche nasale et remplissez celle-ci d'eau (potable) tiède. (max 37°). Vous pouvez, mais n'êtr pas dans l'obligation, de faire bouillir l'eau. Secouez légèrement la douche nasale avant utilisation. Assurez-vous d'avoir une serviette en papier à votre disposition afin d'essuyer votre nez lors du rinçage nasal.
- Penchez vous légèrement vers l'avant et placez la douche nasale de façon inclinée (dans un angle d'environ 45°) dans l'une de vos narines.
- Pressez doucement la douche nasale et laissez le sel de rinçage nasale couler hors de votre nez. Le sel de rinçage nasal peut aussi bien sortir par la même narine (dans un cas d'encombrement sérieux) ou bien par l'autre narine. Les deux conviennent parfaitement. Si nécessaire, mouchez vous doucement. Un peu de sel de rinçage ainsi que des saletés sortiront alors de votre nez. Placez l'embout nasal dans votre autre narine et répétez la procédure jusqu'à ce que la douche nasale soit vide. En pressant doucement, vous éviterez de faire couler le sel de rinçage nasal dans votre arrière-gorge. Si cela arrive, ce n'est pas grave, veuillez tout simplement cracher le liquide.



Dans quels cas le rinçage nasal ne doit-il pas être utilisé?

- lorsqu'il existe une communication directe entre les espacesliquides du cerveau suiste à des blessures de la cloison nasale et des parois des sinus.
- en cas d'hémorragie nasale

J'entends souvent mes oreilles claquer lorsque je mouche le mucus de mon nez après avoir rincé mon nez.

En mouchant votre nez après le rinçage de nez, il existe une différence de pression dans les narines, ce qui entraine un claquement des oreilles. Cela ne cause aucun mal. Cela est comparable à un mouchage de nez normal dans un mouchoir.

Nettoyage de la douche nasale NasoFree®

Nettoyez après l'utilisation (chaque partie) de la douche nasale en la rinçant (vous pouvez éventuellement utiliser une goutte de produit vaisselle) à l'eau chaude. Désinfectez la douche nasale régulièrement, par exemple une fois tous les 1 à 2 jours. Cela peut être fait en plaçant les parties de la douche nasale dans une casserole / un grand bol et en le versant / en le trempant dans de l'eau bouillante. Après 10 secondes, retirez les pièces et laissez-les sécher à l'air. Nous vous conseillons de ne pas bouillir la douche nasale. Vous risquez de déformer la douche nasale en la plaçant trop longtemps dans l'eau bouillante. Laissez sécher la douche nasale après le nettoyage à l'air libre. Veuillez ne pas visser le bouchon sur la douche nasale pendant le temps de séchage.

Sel de rinçage nasal Dos Medical™

Le sel de rinçage nasal Dos Media™ a spécialement été conçu pour la purification de votre nez et sinus. La solution saline nasale Dos Medical a été spécialement élaborée pour le lavage du nez et sinus. Il ne contient pas d'iode, parce que l'iode est irritant. La combinaison de chlorure de sodium et du bicarbonate de sodium nettoie efficacement et est doux pour la muqueuse nasale sensible. Un sachet de sel de rinçage nasal Dos Medical suffit pour un rinçage nasal de 250 ml (isotonique solution).

Pour résoudre le premier sel de bobine sachet nasal dans 250 ml. l'eau tiède. C'est plus confortable que l'eau froide. L'eau dans laquelle vous devez résoudre le sel nasal, mais n'a pas besoin d'être cuit. L'eau du robinet de l'Europe occidentale est assez propre dans l'ensemble. En règle générale les rinçages nasaux avec les solutions isotoniques peuvent être réalisés san restriction de durée ou de fréquences.

Sel de rinçage nasal au xylitol

Sel de rinçage nasal au xylitol a été spécialement développée pour les personnes atteintes d'une inflammation chronique des sinus (rhinite chronique). Dans le cas d'une rhinite chronique, les bactéries génèrent le plus souvent une couche de mucosité (également appelé film bactérien). La couche de mucosité permet aux bactéries d'adhérer aux tissus et diminue l'efficacité des antibiotiques.

Des travaux de recherche* ont démontré que le xylitol désagrège ce film bactérien et que chez les personnes atteintes d'une inflammation chronique des sinus, le lavage des fosses nasales avec la formule de solution saline au xylitol donne de meilleurs résultats qu'un lavage nasal avec une solution saline ordinaire.

NasoFree® Nasendusche

Die NasoFree® Nasendusche und Dos Medical Nasenspülsalz™ werden für das Reinigen der Nase und der Nasennebenhöhlen verwendet:

- bei akuter oder chronischer Nasennebenhöhlenentzündung (= Rhinosinitis).
- bei einer Allergie der Atemwege bei Gräser- und Baumpollen (Heuschnupfen), bei Hausstaubmilben und tierischen Hautschuppen wie z.B. von Katzen, Hunden, Pferden.
- bei der Heilung nach einer Nasenoperation, um eine Schorfbildung zu verhindern.
- im Fall einer Erkältung.
- beim Säuberspülen der Nasenhöhle nach Belastungen durch Staub und verunreinigter Luft.

Wenn das Schnarchen durch eine Verengung der Nasenatmungswege verursacht wird, kann die NasoFree® Nasendusche helfen.

Verwenden Sie nur Ihre eigene NasoFree® Nasendusche.

Um eine Ansteckung zu vermeiden, sollte jedes Familienmitglied seine eigene NasoFree® Nasendusche verwenden. Das NasoFree® Gerät ist ein medizinisches Hilfsmittel der Klasse I, das Sie täglich benutzen. Es empfiehlt sich unter anderem aus Verschleiß- und Hygienegründen, das Gerät nach einem Jahr durch eine neue Nasendusche zu ersetzen.

Wichtig

- Fragen Sie Ihren Arzt, wenn sich Ihre Symptome nicht bessern.
- SEIEN SIE VORSICHTIG, nicht mit (zu) heißem Spülsalz zu spülen und nie das Nasenloch zu blockieren, durch das das Salzwasser nach außen fließen muss.**
- Verwenden Sie NasoFree® nur im Stehen oder Sitzen.
- Spülen Sie Ihre Nase immer mit Nasenspülsalz. Das Spülen mit normalem Wasser ist schmerzhaft und kann Reizungen verursachen. Außerdem reinigt das Spülen mit Nasenspülsalz besser als mit normalem Wasser.

Nasenspülen und Medikamente

Wenn Sie ein Nasenspray verwenden, spülen Sie Ihre Nase, bevor Sie das Nasenspray anwenden. Ihre Medikamente gelangen dann auf eine saubere Nasenschleimhaut. Nachdem Sie Ihre Nase gespült haben, können noch Tröpfchen aus der Nase heraus fließen. Warten Sie deshalb einige Minuten, bevor Sie Medikamente durch die Nase einnehmen. Nach der Nasenspülung können Sie Ihre Nasenschleimhaut zusätzlich mit NasuMel® Nasensalbe (nasumel.nl) versorgen.

Wie oft kann man spülen?

- Je nach dem Ausmaß Ihrer Beschwerden können Sie Ihre Nase nach Bedarf spülen. Im Folgenden finden Sie hierzu eine Anleitung. Befolgen Sie immer den Rat Ihres Arztes.
- Nach einer Einwirkung von Staub oder verschmutzter Luft: 1 x täglich.
- Vorbeugend bei Atemwegsallergien, leichten Verstopfungen oder Beschwerden: 1-2 x täglich.
- Bei mäßiger/ernster Verstopfung, Schorfbildung oder Infektion: 2 - 4 x täglich.