

Gebruik van het neuskannetje



Na de operatie zal u gedurende enkele weken uw neus spoelen via beide neusopeningen. Wat hierna volgt is een 6 stappenplan dat u helpt om deze neusspoeling correct uit te voeren.

STAP 1: U neemt 1l kraantjeswater. Voeg er 9 gram keukenzout (dit is één afgestreken soeplepel) aan toe. Bewaar deze oplossing in de koelkast. 1 liter water is voldoende voor drie neusspoelingen.

STAP 2: Verwarm het water tot het lauw is (ongeveer 37° Celsius). Te warm of te koud kan prikkelend en pijnlijk zijn.

STAP 3: Ga voor de lavabo zitten en u bindt best een handdoek voor. Hou uw hoofd licht voorover (zeker niet achterover) en licht schuin (zie foto).

STAP 4: Breng het aanzetstuk van het kannetje aan de bovenliggende neusopening en kantel het kannetje zodat het water in uw neus loopt (zie foto). Adem rustig in en uit langs Uw mond. Het water zal langs de andere neusopening naar buiten lopen.

STAP 5: Wanneer de helft doorgelopen is, plaatst u het neuskannetje tegen de andere neusopening.

STAP 6: Draai uw hoofd nog eens naar links en naar rechts zodat het water uit de sinussen kan lopen.

*Deze neusspoeling is heel belangrijk in uw genezingsproces.
De eerste week na de ingreep spoelt u vier maal per dag, de tweede week drie maal per dag.
De derde en de vierde week twee maal per dag.*

