Lene Th. Thomsen

Speciallæge

Selsmosevej 2T, stuen (gavlen)

2630 Taastrup

**Patientvejledning til**

**SALTVANDSOPSNUSNING**

1. Til ½ l lunken vand tilsættes 1 teskefuld kogesalt.
2. En spiseskefuld saltvand opsnuses gennem det ene næsebor, idet man holder for det andet næsebor med en finger.
3. For at saltvandet kan have frit afløb fra næsen, holdes hovedet hen over en vask.
4. Opsnusningen udføres 3-4 gange, samt flere gange daglig efter behov.

Der kan med fordel købes et næseskyllehorn på apoteket, der går det nemmere at skylle næsen.

 Revideret januar 2021 LTT