

Neusje spoelen baby met fysiologisch water (NaCl 0,9%)

Wat gebruik ik?

- Unidosis of grote fles fysiologisch water met spuit



Unidosis



Grote fles fysiologisch water, spuit en zuiver potje.



Aandachtspunten bij gebruik van een grote fles fysiologisch water:

- Gebruik een zuiver potje waarin je een kleine hoeveelheid water uitgiet, trek daaruit het water op. Ga NIET rechtstreeks met de spuit in de grote fles fysiologisch water. Dan bevuil je het water.
- Een fles fysiologisch water is NA opening 1 week houdbaar

Ik maak zelf mijn **eigen fysiologisch water**, volg dan onderstaande stappen:

- Kook 330ml kraanwater gedurende 5 minuten
- Voeg 3 gram fijn keukenzout toe en laat afkoelen. Bewaar in een zuiver en afgesloten recipiënt.
- Gebruik dit maximum 3 dagen, nadien maak je zo nodig nieuwe portie
- Reinig en vervang regelmatig het potje voor het fysiologisch water en het spuitje/flesje dat je gebruikt om de neus te spoelen.

Hoe spoel ik de neus?

Instructiefilmpje over spoelen neus vind je terug op de website van Kind en Gezin.

<https://www.kindengezin.be/nl/thema/dagelijkse-verzorging/je-baby-verzorgen>

Stap 1: Juiste houding

- Leg de baby neer op de zij of de rug.
- Als de baby op de rug ligt, **draai je het hoofdje naar opzij**, zodat het fysiologisch water niet in de keel loopt.
- **Hou het hoofd vast**, zodat je de handeling veilig, correct en vlot kan uitvoeren.

Stap 2 : Spoelen

- Plaats de unidose in het **bovenste neusgat** zodat het water uit het onderste neusgat kan lopen. Je vermijdt zo dat het water in de keel loopt, wat onaangenaam is voor de baby.
- Spoel de neus door de unidose volledig leeg te duwen. Wees voorzichtig dat je de neus niet kwetst.

Stap 3: Droog de neus met een papieren zakdoekje

Herhaal deze stappen voor het andere neusgat:

- ligt je baby op zijn rug, draai dan het hoofd naar de andere zij
- ligt je baby op de zij, draai de baby dan op de andere zij

Wist je dat?

- Het is **niet nodig** om de neus te spoelen **als het kind geen last heeft**.
- Het kan helpen om de baby **in een handdoek te wikkelen**, zodat de handjes niet vrij zijn. Het helpt je kindje ook te kalmeren.
- Er zijn allerhande **hulpmiddelen** op de markt om slijmen uit de neus op te zuigen zoals neuspeertje of zuigslangetjes, al dan niet elektrisch. Omdat er meer kans is om de neus te kwetsen, **genieten deze niet de voorkeur**. Als je ze gebruikt, volg dan goed de instructies in de bijsluiter.

Bij vragen of ongerustheid kan u steeds contact opnemen met onze dienst.