

Neusspoelen bij kinderen

Deze informatiefolder geeft u informatie over een verstopte neus bij kinderen en wat u hier aan kunt doen. Het is goed u te realiseren dat voor u persoonlijk de situatie anders kan zijn dan beschreven.

Verstopte neus

Kinderen met een verstopte neus kunnen flink benauwd zijn, vooral zuigelingen. Dit kan zich uiten door slecht drinken en ook onrustig slapen.

Aan de virusinfectie zelf, de oorzaak hiervan, kunnen we niets doen. Wel kunnen we de neus openhouden door zoutwaterspoelingen.

Neusspoelen met zout water

U kunt uw kind lucht geven door de neus te spoelen met een zoutoplossing. Meestal wordt de neus gespoeld met een spuitje. Moeders vinden dit vaak eng, omdat bij een kleine beweging de vrij scherpe punt van het spuitje in de neus tegen de wand kan stoten. Beter is het daarom om met een ballonnetje met een stompe punt te werken. Deze ballonnetjes worden op de markt gebracht om de neus uit te zuigen. Dit werkt niet goed omdat het vacuüm alleen werkt als het heel stijf tegen de neus wordt gedrukt. Het snot komt dan echter toch niet gemakkelijk naar buiten, zeker als het taai is en diep zit. De ballonnetjes kunnen wel worden gebruikt om de neus te spoelen met (zelfgemaakt) zout water.

Vorbereiding

- Ballonnetje kopen (zie voor verkooppunten: www.Difrax.nl). Koop de variant met de stompe punt. Eventueel kunt u van de kinderafdeling een ballonnetje meenemen en vervangen door een nieuwe.
- Los negen tabletten NaCl (=keuzenzout) van 1 gram op in 1 liter kokend water.
- Goed doorroeren tot het opgelost is en daarna bewaren in een schone maatbeker **in de koelkast** (zeven dagen houdbaar).

Werkwijze neusspoelen

3-4 maal per dag, zo nodig voor elke voeding, neusspoelen:

- Haal een half theekopje (ongeveer 50 ml) zout water uit de koelkast.
- Zet dit tien seconden in de magnetron (zelf testen of de temperatuur (lauw) goed is).
- Het ballonnetje vol zuigen met zout water en elk neusgat doorspuiten. Eventueel nog wat lucht doorblazen. In principe niet uitzuigen, dat kan het slijmvlies beschadigen!

Er kan wat water in de keel lopen, maar uw kind kan dit goed wegslikken, eventueel hoest het even. Als u het goed doet, kan er ook zout water uit het andere neusgat tevoorschijn komen. Schrik hier niet van, dit is juist een teken dat alles goed doorgankelijk wordt.

Het beste kunt u uw kind een badhanddoek voor binden en wat (half) rechtop op schoot nemen. De handdoek houdt meteen ook de buitenste arm wat in bedwang. De binnenste arm, die het dichtste bij uw lichaam is, kunt u het beste achter u leggen. Houd tegelijk de buitenste arm van uw kind vast en houd dan het hoofdje vast tussen uw arm en uw borstkas. Vraag zo nodig de verpleegkundige om dit voor te doen. In principe is het altijd mogelijk om de neus te spoelen bij een kind. Als u het op de juiste manier doet, is het ook zo gebeurd. Oudere kinderen, die zelf meewerken, kunnen rechtstreeks uit het kopje of van een schoteltje het zoutwater opsnuiven. Tot slot kunt u 1-2 druppels of verstuivingen

Neusspoelen bij kinderen

xylomethazoline 0,025% FNA in elk neusgat druppelen of verstuiven.

Wat krijgt u mee:

- Eventueel het oude ballonnetje, breng dan zo snel mogelijk weer een nieuw ballonnetje (met een stompe punt!) naar de afdeling.
- Een recept voor 50 tabletten NaCl 1 gram.
- Eventueel recept Xylomethazoline 0,025 % FNA.

Tot slot

Deze informatiefolder kan nooit volledig zijn. Heeft u na het lezen hiervan nog vragen dan kunt u contact opnemen met de Kinderafdeling, 088 125 43 25, of met de polikliniek, locatie Goes, 088 125 42 14 locatie Vlissingen, 088 125 55 27.