

# Spoelinstructie voor de neus

De inhoud van deze folder komt uit onze Patient Journey App. Daarom kan het zijn dat sommige verwijzingen in deze folder niet juist zijn omdat zij naar een mogelijkheid in de app verwijzen. Om de informatie zo goed mogelijk te kunnen bekijken is het downloaden van onze app via de app store of google play store aan te raden. Deze app is gratis.

## Welkom in de app

---

### Inleiding

**Als u kortgeleden geopereerd bent aan de neus of neusbijholten, zult u na die tijd de neus moeten spoelen. In deze app leest u hoe u dat doet.**

**Als de operatie achter de rug is, betekent dat niet dat uw neus direct genezen is. Het is van groot belang bloed- en slijmresten uit de neus te verwijderen en korstvorming tot een minimum te beperken, zodat de neus goed kan genezen. U speelt hierbij zelf een grote rol.**

#### Meer informatie over: Inleiding

U moet de neus elke dag een aantal malen grondig reinigen met een zoutoplossing.

Dit kan het beste gebeuren door de neus te spoelen op de in deze folder beschreven manier.

Er kunnen ook andere redenen zijn om de neus te spoelen.

### Spoelinstructie

**Bij de balie is een neusspoelset verkrijgbaar. Deze set bevat een plastic knijpfles (neusdouche) met zakjes zout dat het spoelen op een makkelijke manier mogelijk maakt.**

#### Meer informatie over: Spoelinstructie

U kunt de zoutoplossing kant-en-klaar bij drogist of apotheek kopen (fysiologisch zout) of die zelf maken. Dit doet u door een theelepel zout op te lossen in een liter lauwwarm water uit de kraan. Deze oplossing is, na afkoelen, in de koelkast enkele dagen houdbaar.

Elke keer dat u spoelt, vult u de neusdouche of neemt u een (koffie)kopje vol met zoutoplossing. Dit is voldoende voor beide neusgaten.

U moet de neus drie tot vijf keer per dag, volgens de instructie, met zoutoplossing spoelen.

## Hoe spoelen

U spoelt uw neus als volgt:

1. Met behulp van de neusdouche, volg de instructie die in de verpakking zit
2. U laat vanuit het kopje uw handpalm vollopen met zoutoplossing. U drukt één neusgat met de duim dicht en u snuift vanuit uw handpalm de zoutoplossing flink op.

De oplossing hoort hierbij achter in uw keel te komen. Dit is normaal en u kunt de vloeistof gewoon uitspugen.

U herhaalt dit met het andere neusgat.

Bij kinderen kunt u een 10cc spuitje gebruiken.

Het is onvoldoende om de neus slechts te druppelen met de zoutoplossing.

## Snuiten

---

### Neus snuiten

Het is niet verstandig de eerste twee weken na een neus- of neusbijholten-operatie uw neus te snuiten. U kunt hiermee lucht en ontstekingsproducten buiten het zeefbeen persen. Ook kunt u, in het geval van een tussenschotcorrectie of een uitwendige neuscorrectie, het resultaat van de operatie verslechteren omdat er te veel druk op de neus komt.

## Nog vragen?

---

### Tot slot

Als u vragen over de spoelinstructie heeft, kunt u contact opnemen met de polikliniek KNO. U kunt uw vragen ook stellen bij uw volgend bezoek aan de KNO-arts. U vindt ook informatie op [www.kno.nl](http://www.kno.nl).

### Telefoonnummers

ETZ (Elisabeth-TweeSteden Ziekenhuis): (013) 221 00 00

Polikliniek KNO: (013) 221 02 30

[polikno@etz.nl](mailto:polikno@etz.nl)

Locatie ETZ Elisabeth Route 4

Locatie ETZ Waalwijk Wachtruimte 3, Nummer 9