

# Nenähuuhtelija

## Nasaline

Yksinkertainen, mukava ja varma tapa huuhdella nenä suolavedellä esimerkiksi vilustumisissa, sivuontelotulehduksissa, allergioissa, tai kuivan, pölyisen tai savuisen ympäristön aiheuttamia oireita hoidettaessa. Ärsytys nenässä vähenee ja limakalvot kostuvat uudelleen. Nasalinea voidaan käyttää toistuviin huuhteluihin.



1. Sekoita pussillinen Nasaline suolaa 250 ml:aan kehonlämpöistä vettä

2. Vedä suolavettä nenähuuhteluruiskuun



3. Huuhtele nenä kehonlämpöisellä liuoksella

4. Niistä ulos ylimääräinen suolavesi

Lue käyttöohje ennen käyttöä



**Varoitus: Sisältää pieniä osia. Älä anna lapsen leikkiä tuotteella!**

Nasaline® on ENTpro AB:n rekisteröity tavaramerkki

Ruotsalainen patentti SE516858  
Eurooppa patentti EPO 1303243  
USA.N patent TI 7351232



Maahantuoja:  
Your partner for ENT

**OTOPUG OY**

www.otoplug.fi otoplug@otoplug.fi  
Puhelintiedustelut: 03- 364 7215

Valmistaja:  
www.entdro.com

## Käyttöohje/ pakkaustiedote

Versio 080912

Lue tämä tiedote huolellisesti ennen Nasaline-nenähuuhtelijan käyttöä

### Mikä on Nasaline-nenähuuhtelija?

Patentilla suojattu Nasaline-nenähuuhtelija on ainutlaatuinen lääketekninen tuote, joka on kehitetty Ruotsissa ja muotoiltu itsehoitoa varten. Nasaline-nenähuuhtelijalla voidaan yksinkertaisesti huuhdella koko nenä puhtaaksi suolavedellä. Nenän huuhtelu suolavedellä on hyvin tutkittu, lääkärien suosittelema menetelmä.

### Milloin Nasaline-nenähuuhtelijaa voidaan käyttää?

Huuhtelija poistaa siitepölyn, liiallisen liman sekä pöly- ja nokihiuksaset. Nasaline-nenähuuhtelija soveltuu hyvin käytettäväksi allergia- ja vilustumisoireiden sekä sivuontelovaivojen hoitoon, nenän tukkoisuuteen raskauden aikana, kuivan, pölyisen, nokisen tai savuisen ympäristön aiheuttamien oireiden hoitoon sekä käytettäessä liikaa turvotusta poistavia nenätippoja/-suihketta. Ärsytys nenässä vähenee ja limakalvot kostuvat uudelleen. Nasaline-nenähuuhtelijaa voidaan käyttää nenän huuhteluun toistuvasti. Lääkäriin suosituksesta Nasaline-nenähuuhtelijaa voidaan käyttää myös nenän ja sivuonteloiden leikkausten jälkeen.

### Ketkä voivat käyttää Nasaline-nenähuuhtelijaa?

Kaikki voivat käyttää Nasaline-nenähuuhtelijaa, ellei lääkäri sitä jostain syystä kiellä. Lääkäriin suosituksesta ja aikuisen henkilön avustuksella voidaan myös lapselle suorittaa huuhtelu. Epäiltäessä meneillään olevaa korvatulehdusta tai muita korvaongelmia pitää lääkärin kanssa neuvotella ennen huuhtelun suorittamista.

### Mistä Nasaline-nenähuuhtelija koostuu?

Nasaline-nenähuuhtelija koostuu kahdesta osasta: suolavedelle tarkoitettuun muoviseen ruiskuosaan (60ml) ja yhdestä ruiskun etuosaan kiinnitetystä silikonikappaleesta. Ruisku ei sisällä lateksia. Silikonikappale on muotoiltu siten, että se asetettu tiiviisti paikoilleen ja sopii käytettäväksi sekä aikuisilla että lapsilla. Silikoni on miellyttävän tuntuinen ihoa vasten. Silikonikappaleessa on tiimalasin muotoinen kanava, joka tuottaa suolavedelle hellävaraisen pyörrevirtauksen sen purkautuessa nenähuuhtelijasta. Huuhteluun tarvittavan suolaveden voi sekoittaa yksinkertaisesti itse (katso alla olevaa suolavesireseptiä).

### Fysiologisen suolaveden resepti

Lämmitä puhdasta, juomakelpoista hanavettä kehonlämpöiseksi tai ota kehonlämpöistä vettä suoraan hanasta. Veden lämmön pitää tuntua miellyttävältä rannetta vasten. Suosittelemme, että sekoitat yhden Nasaline-suolapussin sisällön 250 ml:n vesimäärään. Liuoksella on nyt sama suolapitoisuus kuin ihmiskeholla (0,9 %) ja siksi sitä kutsutaan fysiologiseksi suolavedeksi. Nasaline suola on erityisesti nenähuuhtelua varten valittu puhdas suola (natriumkloridi) ilman lisäaineita. Nasaline suola tilataan suoraan osoitteesta [www.otoplug.fi](http://www.otoplug.fi) tai puhelimitse 03- 364 7215. Mahdollista on myös sekoittaa teelusikallinen hienoa merisuolaa (noin 5 grammaa) puoleen litraan vettä niin, että suola liukenee. Nenän kirvely huuhdeltaessa voi johtua liian suuresta tai liian pienestä suolamäärästä. Huuhdeltaessa pitempiä aikoja suolan pitää olla lisäaineetonta (ei saa sisältää esim. jodia), koska muuten voi kehittyä lisäaineallergia.

### Käyttöohje

1. Kehonlämpöinen suolavesi imetään ruiskumännällä ruiskuosaan.
2. Seiso tai istu kevyesti eteen kallistuneena pesuvadin, pesualtaan tai kylpyammeen yli. Nasaline-nenähuuhtelija viedään kärkineen toisen sieraimen eteen. Paina silikonikärkeä sierainta vasten tiiviisti ja sitten ruiskuta mäntää painamalla suolavesi sieraimen. Hengitä rauhallisesti suun kautta koko huuhtelun ajan ja vältä nielemistä.
3. Suolaveden saavutettua nenän takaosan kitalaki sulkeutuu tavallisesti refleksinomaisesti. Suolavesi täyttää koko nenäontelon ja valuu sitten ulos toisen sieraimen kautta tuoden mukanaan liiallisen liman ja vieraat hiuksaset nenästä. Toisinaan hieman suolavettä voi päästä nieluun. Se on vaaratonta ja voidaan estää lausumalla pitkäääniä: aaa:ta koko huuhtelun ajan. Huuhteluaika on 3-7 sekuntia.
4. Huuhtele toinen sierain vastaavasti.

Liiallinen suolavesi voidaan niistä ulos. Pienempi suolavesimäärä voi jäädä nenään tai sivuonteloon ja valua ulos vasta tunnin parin kuluttua. Tämä on vaaratonta ja voidaan ehkäistä kääntämällä päätä eteenpäin ja kääntämällä hitaasti puolelta toiselle huuhtelun jälkeen niin että suolavesi valuu ulos kunnolla. Jos nenä on hyvin tukossa voi suolavettä toisinaan päästä kyynelkanavaan ja valua ulos silmästä. Tämä on myös täysin vaaratonta ja se voidaan estää hitaammalla huuhtelulla.

### Annosteluohje

Yksi tai useampi huuhtelu täydellä ruiskulla (60 ml) kumpaankin sieraimen aamulla ja illalla tai tarvittaessa.

### Raskaus ja imetyks

Nasaline-nenähuuhtelija soveltuu hyvin käytettäväksi raskauden ja imetyksen aikana.

### Voiko Nasaline-nenähuuhtelijaa käyttää yhdessä nenäsuihkeiden kanssa?

Kyllä, nenä voidaan huuhdella ennen nenäsuihkeen käyttöä.

### Millaisia sivuvaikutuksia Nasaline-nenähuuhtelijalla voi olla?

Oikealla käytöllä ei ole havaittu sivuvaikutuksia.

### Puhdistus

Huuhtele Nasaline-nenähuuhtelija huolellisesti kuumalla vedellä. Anna kuivua. Nasaline-nenähuuhtelija kestää myös mieto astiapesuainetta. Jos mäntä ei liiku kevyesti ruiskussa voidaan männän musta kalvo voidella ruokaöljypisaralla. Männän kalvon paisuminen voidaan estää jättämällä mäntä ruiskun sisään puhdistettaessa ja kuivatettaessa.

### Säilyvyys

Hygieenisistä ja toiminnallisista syistä Nasaline-nenähuuhtelija kestää säännöllisessä käytössä noin neljä kuukautta. Tämän jälkeen se hävitetään talousjätteen mukana. Tuotteessa voi tänä aikana tapahtua tiettyä värinmuutosta, mutta se ei vaikuta Nasaline-nenähuuhtelijan toimintaan. Pakkaus voidaan lajitella osaksi paperikierrätykseen ja osaksi muovikierrätykseen (ympäristöystävällinen PET-muovi).

### Säilytys

Nasaline-nenähuuhtelijaa säilytetään kuivassa ja huoneenlämmössä.

### Lisätietoa ja palautteita

Vastaukset lisäkysymyksiin Nasaline-nenähuuhtelijasta saatte ottamalla yhteyttä myyjään/maahantuojaan.