

PREPARO DE SORO ALCALINO ISOTÔNICO PARA LAVAGEM NASAL

Misturar:

- Água filtrada ou fervida (pelo menos 15 minutos de fervura)
 - 01 copo de 250 ml (exemplo: copo de requeijão)
- Sal de cozinha ou sal marinho
 - 01 colher de café rasa (+-1,03g)
- Bicarbonato de Sódio
 - 01 colher de café rasa (+-1,59g)

Atenção: esse volume preparado deve ser utilizado em 24 horas. Após esse período descartar e preparar nova solução.

Frascos a serem utilizados para lavagem nasal:

Frascos Narin®, Nasalpote®, Lota, seringa de 20 ml ou outros irrigadores nasais, conforme imagens ao lado:

Frequencia da lavagem:

- Diariamente por uma semana
- Diariamente por dias semanas
- Diariamente por um mês
- Uso contínuo até o retorno



Fonte: adaptado de <https://www.rinoepm.com.br/rotinas/irrigacaonasal>
Prof. Dr. Eduardo Macoto

Atenciosamente,
Equipe Unyoto Otorrino