

## LAVAJES NASALES CON SOLUCIÓN SALINA

1. Colocar en un frasco de vidrio:
2. En 1 litro de agua hervida + 2 cucharaditas de sal gruesa +1 cucharadita de bicarbonato de sodio
3. Guardar en un lugar fresco, revolver bien antes de utilizar. La solución así preparada dura 7 días, luego descartar el sobrante.
4. Para efectuar los lavajes coloca un poco de la solución previamente revuelta y si lo desea entibiada, en un pocillo o vaso y cargar un poco con una jeringa o pera de goma.
5. Colocar en una fosa nasal deslizando por el piso de la misma un chorrito de solución enviando hacia atrás. Eliminándola por b boca, repetir lo mismo en la otra fosa nasal y luego limpiar la nariz soplando primero un lado con la boca abierta y luego el otro. Repetir 2 o 3 veces por día.



**C.E.O.R.L.**

Consultorios  
Especializados en  
Otorrinolaringología